

令和3年度 日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅰ

「運動適性テスト」に関する検討

— 第3報 —

公益財団法人 日本スポーツ協会
スポーツ医・科学委員会

「運動適性テスト」に関する検討 －第3報－

研究班長	内藤 久士（順天堂大学大学院 スポーツ健康科学研究科）
研究班員	鈴木 宏哉（順天堂大学 スポーツ健康科学部）， 辻川比呂斗（順天堂大学 保健看護学部），富田 寿人（静岡理工科大学 情報学部）， 山本 利春（国際武道大学 体育学部）， 青野 博（日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室）
事務局	加藤 豪（日本スポーツ協会 地域スポーツ推進部 少年団課）， 三上なつき（日本スポーツ協会 地域スポーツ推進部 少年団課）， 深町 花子（日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室）， 松田 郁加（日本スポーツ協会 スポーツ科学研究室）

目 次

1. はじめに	内藤 久士	3
2. 運動適性テストⅡの評価基準に関する再検証	鈴木 宏哉	4
3. 運動適性テストⅡにおけるコンディショニングチェックの実態	山本 利春	18
4. 運動適性テストⅡ実施上のポイント，Q&A量的評価， 観察評価について	富田 寿人ほか	25
5. おわりに	内藤 久士	29

1. はじめに

内藤 久士¹⁾

昭和49(1974)年に策定された運動適性テストは、運動の基礎となる能力や身体の動きを総合的にみることを目的に、立ち幅とび、上体起こし、腕立伏臥腕屈伸、時間往復走、5分間走の5つのテスト種目から構成された体力テストである。しかし、時代とともに体力に関する考え方や日本スポーツ少年団を取り巻く環境が大きく変化し、その内容や活用の仕方をはじめとする様々な意見が寄せられていた。このような現状を踏まえ、平成28(2016)年度よりその改定作業がすすめられ、令和元(2019)年6月に開催された第2回ジュニアスポーツフォーラムにおいて新たな運動適性テスト「運動適性テストⅡ」の概要が公表された。運動適性テストⅡでは、発育発達期の子どもの身体の動きやスポーツや運動の適性を評価するテストとして動きの「量」に加えて「質」を評価すること、また、「今の自分の身体状態を知り、ケガの予防につなげる」ことを目的とするコンディショニングチェックを取り入れたことが大きな特徴となっている。

本研究プロジェクトでは、この新たに開発された運動適性テストⅡの普及啓発を図るとともに、実際のスポーツ活動の現場で得られたデータを用いて運動適性テストⅡの信頼性や妥当性等について検証すること、従来の運動適性テストやスポーツ庁の新体力テストなどの関連性や比較を行いその特徴を明らかにすること、そして、暫定的に定められた評価基準値の検証や見直しを行うことなどをテーマとして3年間取り組んだ。

初年度である令和元(2019)年度では、令和元年度をテスト試行期間と位置づけ、活動現場における体力テストとして実際に運動適性テストⅡを導入し、その実施を通じて得られた試行データの収集とそれらを用いた評価基準の検証を行った。また、同時並行的に現場における声を反映して、運動適性テストⅡの実施要綱の確認・修正作業を行った。その結果、テストの信頼性をより高めるために

データ収集を重ねて各年齢および男女別にデータ数を増加させることや、運動適性テストⅡの実施件数を増やし指導者の意見の聴取を重ね評価基準を含む運動適性テストⅡの信頼性・妥当性を高めるための見直しや評価方法の改善などを行っていく必要があることなどが課題として残された。

これをうけて、令和2(2020)年度では、運動適性テストⅡの測定項目の分類を明確にしたうえで、その評価方法の方針と作成手順の概要についてまとめ、運動適性テストⅡの妥当性・適切性に関する理論的根拠を確認しながら評価基準を見直し、運動適性テストⅡ公表後、実際のスポーツ少年団の活動として実施されたテストのデータを追加して各テスト項目の得点換算表(性・学年別10段階評価)を作成した。しかし、令和2年度は、新型コロナウイルスCOVID-19蔓延のために、体力測定のみならず指導者研修会などでの講習会を含めた様々な活動が制限されたため、一部の性・学年においてデータ数が十分に確保できず、評価基準や評価方法の検証が十分に行うことができず、さらに実際にテストを活用するスポーツ少年団指導者等の疑問や意見を収集することができなかった。

これらの状況を踏まえ、最終年度である令和3年度では、運動適性テストⅡの評価基準の妥当性・適切性をより高めるため、さらに全国より追加提出されたデータを加えて分析を行うとともに、幼児の観察評価と量的評価の関係についても新たに分析を行った。また、スポーツ少年団に在籍する子どものコンディショニングチェック結果に基づきその実態を明らかにすることにも取り組んだ。さらに、運動適性テストⅡあるいは研修会などに参加した指導者等から寄せられた質問や意見をQ&A形式にまとめ、より運動適性テストⅡが活用しやすいテストとして普及していくための準備を整えた。

これら3年間取り組んだ本研究プロジェクトの成果によって、運動適性テストⅡが少年団をはじめとするスポーツ活動の現場においてこれまで以上に広く活用されとともに、公認スポーツ指導者の養成等においても大いに役立てられるものと期待している。

1) 順天堂大学

2. 運動適性テストⅡの評価基準に関する再検証

鈴木 宏哉¹⁾

1. はじめに

令和2年度日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅱ「運動適性テスト」に関する検討-第2報-において、運動適性テストⅡの評価基準に関する検証を行い、各テスト項目の得点換算表(性・学年別10段階評価)を作成した。その後、約1年の間に、全国のスポーツ少年団から日本スポーツ協会に運動適性テストⅡの記録、約5,000人分が追加提出された。第2報において、一部の性・学年においてデータ数が十分に確保できず、評価基準や評価方法の検証が十分に行うことができなかった点がいくつかあった。

本稿では、第2報において課題として残されていた点を再検証するために、これまでのデータに今年度追加提出されたデータを加えて分析を行った。また、第2報において詳細な検討を行っていなかった幼児の観察評価と量的評価の関係について新たに分析を行った。

2. 分析に用いたデータ

日本スポーツ協会は2019年に運動適性テストⅡが策定されてから、全国のスポーツ少年団関係者の協力を依頼し、2021年3月までに17,881名のデータが収集された。第2報ではこのデータを用いた分析を行ったが、第3報では、その後、2022年1月までに収集された5,023名(男子3,532名、女子1,491名)のデータを追加し、計22,904名のデー

タを用いて分析を行った(表1)。

3. 量的評価の測定項目

運動適性テストⅡには量的評価の測定項目が9項目ある。そのうち、幼児の測定項目は4項目(25m走、5m時間往復走、立ち幅とび、ボール投げ)、小学生以上の測定項目は7項目(50m走、5m時間往復走、立ち幅とび、立ち3段とび、ボール投げ、腕立て伏せ、20mシャトルラン)である。表2に、すべての測定項目の基本統計量をまとめた。表中の下線は、日本スポーツ協会ホームページ運動適性テストⅡサイト(<https://www.japan-sports.or.jp/club/test/tabid623.html>)において公表されている最新の得点表(2021年3月)と照らし合わせて、それぞれの平均値が得点に換算して10点満点の5点(幼児は5点満点の3点)相当であることを意味している。得点表は、5点(幼児は3点)が集団の平均に相当するように作成されている。したがって、表2に示した平均値が5点(幼児の場合には3点)の範囲に含まれているならば、得点表の妥当性の高さを裏付けるひとつの根拠となる。ただし、本稿で取り扱うデータが全国のスポーツ少年団員から無作為に抽出されたデータではないので、正確な代表値とはいえない。また、今後スポーツ少年団に入団する子どもに対しても広く運動適性テストⅡを実施することも想定される。したがって、若干のズレがあることを考慮して、4点または6点に相当する平均

表1 分析に用いた対象者数

	年中	年長	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	中2	中3	不明	計
全体	245	761	791	1,435	2,403	3,612	4,404	4,804	2,943	549	483	169	22,904
男	132	430	488	1,025	1,729	2,533	3,109	3,384	2,039	326	318	83	15,770
女	113	331	301	403	660	1,051	1,250	1,382	893	222	164	29	6,930
性別不明	0	0	2	7	14	28	45	38	11	1	1	57	204

1) 順天堂大学 スポーツ健康科学部

表2-1 量的評価の測定項目：基本統計量（男子）

学年	25m走 (秒)			50m走 (秒)			5m時間往復走			立ち幅とび (cm)			立ち3段とび (cm)			ボール投げ (m)			腕立て伏せ (回)			腕立て伏せ(膝付き) (回)			20mシャトルラン (回)			
	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	
年中	96	<u>7.70</u>	1.35				86	<u>26.50</u>	3.32	129	<u>86.43</u>	20.47				126	<u>5.02</u>	1.92										
年長	322	<u>6.95</u>	1.06				267	<u>27.94</u>	3.95	410	<u>99.53</u>	19.56				399	<u>6.59</u>	2.71										
小1		149	<u>11.37</u>	1.22			368	<u>30.74</u>	4.05	423	<u>115.57</u>	23.04	195	<u>339.73</u>	45.63	355	<u>9.75</u>	4.37	183	<u>15.51</u>	11.67	39	19.54	21.82	134	28.42	17.13	
小2			614	<u>10.80</u>	4.80	629	<u>33.55</u>	4.16	719	<u>132.10</u>	16.85	882	<u>367.95</u>	46.19	526	<u>14.79</u>	6.19	822	<u>16.69</u>	13.52	111	18.45	15.42	484	<u>33.02</u>	16.63		
小3			1021	<u>10.14</u>	0.92	1102	<u>35.05</u>	4.05	1263	<u>141.18</u>	17.34	1462	<u>398.53</u>	45.47	882	<u>19.31</u>	7.17	1400	<u>18.00</u>	13.68	155	21.94	40.72	875	<u>39.65</u>	18.14		
小4			1538	<u>9.64</u>	0.86	1512	<u>36.71</u>	4.86	1866	<u>149.01</u>	17.97	2155	<u>428.45</u>	47.44	1236	<u>23.27</u>	7.69	2128	<u>18.22</u>	17.82	185	19.11	18.87	1236	<u>47.94</u>	19.41		
小5			1867	<u>9.32</u>	2.03	1817	<u>38.10</u>	4.15	2251	<u>156.88</u>	18.13	2673	<u>453.41</u>	45.02	1515	<u>26.68</u>	8.71	2669	<u>18.01</u>	14.78	209	20.60	18.33	1485	<u>53.63</u>	20.65		
小6			2092	<u>8.91</u>	0.78	1942	<u>39.30</u>	4.04	2453	<u>166.28</u>	18.91	2907	<u>483.81</u>	48.58	1658	<u>31.09</u>	9.84	2937	<u>18.35</u>	13.64	199	20.12	18.93	1641	<u>60.29</u>	21.05		
中1			1120	<u>8.62</u>	0.86	1213	<u>40.20</u>	4.05	1357	<u>175.95</u>	22.17	1714	<u>511.11</u>	58.73	37	<u>23.02</u>	6.58	1812	<u>19.82</u>	13.15	80	23.76	21.75	1006	<u>66.07</u>	21.52		
中2			247	<u>8.21</u>	0.96	139	<u>41.68</u>	4.17	259	<u>192.81</u>	22.85	175	<u>573.89</u>	61.30	8	<u>18.75</u>	3.06	179	<u>23.37</u>	13.31	4	18.50	3.77	147	<u>74.73</u>	21.91		
中3			228	<u>7.66</u>	0.77	109	<u>42.68</u>	4.97	231	<u>206.36</u>	23.76	174	<u>594.28</u>	60.37	9	<u>24.78</u>	4.18	187	<u>25.07</u>	11.68	5	43.00	38.64	135	<u>85.44</u>	24.30		

注1) 下線は平均値が得点表の5点相当の値、二重下線は平均値が得点表の4点又は6点相当の値。

注2) ボール投げは、中学生がハンドボール投げ、その他はソフトボール投げの記録

表2-2 量的評価の測定項目：基本統計量（女子）

学年	25m走 (秒)			50m走 (秒)			5m時間往復走			立ち幅とび (cm)			立ち3段とび (cm)			ボール投げ (m)			腕立て伏せ (回)			腕立て伏せ(膝付き) (回)			20mシャトルラン (回)			
	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	
年中	77	<u>7.82</u>	1.21				69	<u>25.94</u>	2.63	112	<u>84.14</u>	14.21				56	<u>3.97</u>	1.27										
年長	256	<u>7.11</u>	0.84				206	<u>27.72</u>	3.18	322	<u>93.96</u>	16.43				220	<u>5.06</u>	1.93										
小1			57	<u>11.46</u>	1.12	229	<u>29.83</u>	2.96	276	<u>105.79</u>	16.89	70	<u>321.53</u>	51.81	197	<u>6.51</u>	2.64	57	<u>14.05</u>	11.25	20	15.90	21.72	45	24.11	13.96		
小2			248	<u>10.91</u>	1.13	253	<u>32.54</u>	4.12	300	<u>127.15</u>	21.10	353	<u>360.11</u>	49.34	213	<u>8.75</u>	3.60	268	<u>15.17</u>	12.74	90	16.29	12.37	218	30.34	16.33		
小3			390	<u>10.30</u>	0.90	432	<u>34.85</u>	3.34	483	<u>136.50</u>	16.80	575	<u>395.11</u>	41.78	353	<u>12.00</u>	4.87	476	<u>16.74</u>	14.35	111	20.33	11.74	363	<u>35.95</u>	15.63		
小4			610	<u>9.83</u>	0.79	640	<u>36.49</u>	3.50	772	<u>146.19</u>	19.12	914	<u>427.31</u>	45.40	537	<u>15.19</u>	8.69	823	<u>16.42</u>	13.01	145	21.88	22.10	553	<u>44.08</u>	17.27		
小5			709	<u>9.39</u>	0.73	742	<u>38.03</u>	10.38	912	<u>155.25</u>	18.30	1057	<u>452.18</u>	45.63	615	<u>17.81</u>	8.27	998	<u>17.88</u>	14.36	141	23.15	23.39	630	<u>50.59</u>	17.67		
小6			817	<u>9.04</u>	0.78	814	<u>39.53</u>	4.88	1034	<u>164.78</u>	18.23	1165	<u>481.18</u>	48.24	677	<u>20.55</u>	7.91	1099	<u>16.14</u>	12.12	159	24.29	26.61	687	<u>58.61</u>	26.17		
中1			507	<u>8.78</u>	0.80	555	<u>40.17</u>	3.91	628	<u>172.03</u>	19.41	732	<u>502.43</u>	46.40	21	<u>13.29</u>	4.24	659	<u>16.15</u>	12.11	113	18.87	13.53	481	<u>59.01</u>	19.33		
中2			195	<u>8.79</u>	0.73	125	<u>38.66</u>	5.22	208	<u>172.26</u>	19.01	133	<u>501.16</u>	58.32	34	<u>14.81</u>	5.10	103	<u>16.44</u>	14.10	36	26.61	13.55	171	<u>56.19</u>	16.22		
中3			134	<u>8.51</u>	0.64	89	<u>39.07</u>	5.29	148	<u>177.59</u>	19.87	97	<u>503.90</u>	52.91	24	<u>14.99</u>	3.48	78	<u>18.87</u>	12.34	23	24.96	11.34	119	<u>63.40</u>	19.58		

注1) 下線は平均値が得点表の5点相当の値、二重下線は平均値が得点表の4点又は6点相当の値。

注2) ボール投げは、中学生がハンドボール投げ、その他はソフトボール投げの記録

値を二重下線で示した。その結果、ボール投げを除けば、ほとんど性・学年の平均値が4点から6点の範囲に含まれていた。なお、表2のボール投げ(中1～中3)のデータ数が極端に少ないことが分かる。これは、データ収集の際に、ボール投げの記録がソフトボール投げの記録なのかハンドボール投げの記録なのか判別できなかったデータが多数存在したためであった。したがって、ボール投げ(中1～中3)については、本稿では議論しない。

次に、表3として、測定項目の記録を最新の得点表をもとに得点換算し、性・学年別の得点分布を示した。得点表は理論的には、5点に集団の平均値が含まれ、最も頻度が多く、4, 3, 2, 1点と徐々に頻度が減る、そして同じように6, 7, 8, 9, 10点と徐々に頻度が減るような正規分布を

想定して作成されている(鈴木, 2021)。そして、得点表は個人の特徴を表すことができるように、言い換えると優劣をつけるために作られているので、ある特定の得点に偏ってしまう得点表では役に立たない。したがって、実データを用いて得点化したときに、理論分布に近似し、特定の得点に偏らない、あるいは天井効果(Ceiling effect)や床効果(floor effect)が生じないことが望ましい。性・学年別の得点分布を確認すると、4点から6点の範囲に概ね40～50%程度のデータが分布し、かつ1点から10点までデータが分布していた。5点を最頻値とした正規分布とは言い難いものの、この得点表が個人を評価するうえで実用性を有するといえる。また、女子のボール投げ(小2から小6)については、10点に10%を超えるデータが集中しており、全国値(表4)と比較しても、ス

表3-1 立ち幅とびの得点分布（左表：度数，右表：％）

男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	
年中	129	26	36	40	21	6						20.2	27.9	31.0	16.3	4.7						
年長	410	81	78	126	74	51						19.8	19.0	30.7	18.0	12.4						
小1	423	38	41	43	65	54	57	34	22	9	3	10.4	11.2	11.7	17.8	14.8	15.6	9.3	6.0	2.5	0.8	
小2	719	98	81	100	141	98	77	68	31	12	7	13.7	11.4	14.0	19.8	13.7	10.8	9.5	4.3	1.7	1.0	
小3	1263	205	139	171	245	142	138	129	54	22	10	16.3	11.1	13.6	19.5	11.3	11.0	10.3	4.3	1.8	0.8	
小4	1866	374	250	234	342	241	160	132	63	30	16	20.3	13.6	12.7	18.6	13.1	8.7	7.2	3.4	1.6	0.9	
小5	2251	498	312	301	294	366	180	155	59	53	19	22.3	13.9	13.5	13.1	16.4	8.0	6.9	2.6	2.4	0.8	
小6	2453	570	230	410	369	372	178	147	89	34	35	23.4	9.4	16.8	15.2	15.3	7.3	6.0	3.7	1.4	1.4	
中1	1357	314	153	235	152	182	95	115	53	32	17	23.3	11.4	17.4	11.3	13.5	7.0	8.5	3.9	2.4	1.3	
中2	259	58	32	39	43	23	28	12	19	3	2	22.4	12.4	15.1	16.6	8.9	10.8	4.6	7.3	1.2	0.8	
中3	231	39	26	32	43	38	15	19	8	9	2	16.9	11.3	13.9	18.6	16.5	6.5	8.2	3.5	3.9	0.9	
女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	
年中	112	13	39	34	22	4						11.6	34.8	30.4	19.6	3.6						
年長	322	40	91	87	67	37						12.4	28.3	27.0	20.8	11.5						
小1	276	31	19	37	33	36	25	27	21	6	9	12.7	7.8	15.2	13.5	14.8	10.2	11.1	8.6	2.5	3.7	
小2	300	15	19	34	47	51	44	42	25	13	9	5.0	6.4	11.4	15.7	17.1	14.7	14.0	8.4	4.3	3.0	
小3	483	37	37	59	78	89	72	47	36	20	5	7.7	7.7	12.3	16.3	18.5	15.0	9.8	7.5	4.2	1.0	
小4	772	81	76	87	137	103	85	104	46	31	14	10.6	9.9	11.4	17.9	13.5	11.1	13.6	6.0	4.1	1.8	
小5	912	107	97	102	149	136	118	102	53	34	13	11.7	10.6	11.2	16.4	14.9	13.0	11.2	5.8	3.7	1.4	
小6	1034	86	88	105	185	168	129	150	60	38	19	8.4	8.6	10.2	18.0	16.3	12.5	14.6	5.8	3.7	1.8	
中1	628	90	52	69	89	81	90	69	57	13	18	14.3	8.3	11.0	14.2	12.9	14.3	11.0	9.1	2.1	2.9	
中2	208	28	34	20	28	39	28	11	8	11	1	13.5	16.3	9.6	13.5	18.8	13.5	5.3	3.8	5.3	0.5	
中3	148	31	15	10	21	28	11	18	10	4	0	20.9	10.1	6.8	14.2	18.9	7.4	12.2	6.8	2.7	0.0	

表3-2 立ち3段とびの得点分布（左表：度数，右表：％）

男子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	
年中												年中											
年長												年長											
小1	195	11	14	22	32	43	34	22	7	4	2	小1	5.8	7.3	11.5	16.8	22.5	17.8	11.5	3.7	2.1	1.0	
小2	882	40	37	87	127	214	173	128	49	14	7	小2	4.6	4.2	9.9	14.5	24.4	19.7	14.6	5.6	1.6	0.8	
小3	1462	64	88	145	220	378	245	191	77	29	16	小3	4.4	6.1	10.0	15.1	26.0	16.9	13.1	5.3	2.0	1.1	
小4	2155	84	128	222	352	497	407	247	139	30	24	小4	3.9	6.0	10.4	16.5	23.3	19.1	11.6	6.5	1.4	1.1	
小5	2673	122	125	359	427	553	479	351	169	51	23	小5	4.6	4.7	13.5	16.1	20.8	18.0	13.2	6.4	1.9	0.9	
小6	2907	81	175	353	651	503	555	308	150	75	36	小6	2.8	6.1	12.2	22.5	17.4	19.2	10.7	5.2	2.6	1.2	
中1	1714	41	72	205	367	354	330	195	91	27	23	中1	2.4	4.2	12.0	21.5	20.8	19.4	11.4	5.3	1.6	1.3	
中2	175	10	7	13	36	39	31	20	11	7	1	中2	5.7	4.0	7.4	20.6	22.3	17.7	11.4	6.3	4.0	0.6	
中3	174	8	11	19	35	30	34	19	14	2	2	中3	4.6	6.3	10.9	20.1	17.2	19.5	10.9	8.0	1.1	1.1	
女子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	
年中												年中											
年長												年長											
小1	70	5	2	3	8	19	11	16	3	1	2	小1	7.1	2.9	4.3	11.4	27.1	15.7	22.9	4.3	1.4	2.9	
小2	353	17	19	30	52	93	59	47	20	10	4	小2	4.8	5.4	8.5	14.8	26.5	16.8	13.4	5.7	2.8	1.1	
小3	575	18	25	71	103	118	118	73	35	7	4	小3	3.1	4.4	12.4	18	20.6	20.6	12.8	6.1	1.2	0.7	
小4	914	29	47	93	170	196	89	204	50	16	12	小4	3.2	5.2	10.3	18.8	21.6	9.8	22.5	5.5	1.8	1.3	
小5	1057	48	47	103	219	191	203	138	64	37	6	小5	4.5	4.5	9.8	20.7	18.1	19.2	13.1	6.1	3.5	0.6	
小6	1165	42	40	118	204	272	237	146	67	21	11	小6	3.6	3.5	10.2	17.6	23.5	20.5	12.6	5.8	1.8	0.9	
中1	732	17	27	75	146	190	171	75	23	6	2	中1	2.3	3.7	10.2	19.9	26.0	23.4	10.2	3.1	0.8	0.3	
中2	133	7	7	14	15	44	22	17	6	1	0	中2	5.3	5.3	10.5	11.3	33.1	16.5	12.8	4.5	0.8	0.0	
中3	97	1	7	12	20	23	16	10	8	0	0	中3	1.0	7.2	12.4	20.6	23.7	16.5	10.3	8.2	0.0	0.0	

表3-3 25m走・50m走の得点分布（左表：度数，右表：％）

男子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中	96	7	21	47	21	0						年中	5.3	15.9	35.6	15.9	27.3					
年長	322	22	67	178	54	1						年長	5.1	15.6	41.5	12.6	25.2					
小1	149	14	5	9	14	26	<u>33</u>	24	19	3	1	小1	9.5	3.4	6.1	9.5	17.6	22.3	16.2	12.8	2.0	0.7
小2	614	44	21	61	91	<u>118</u>	119	88	40	15	6	小2	7.3	3.5	10.1	15.1	19.6	19.7	14.6	6.6	2.5	1.0
小3	1021	73	72	105	151	<u>198</u>	196	139	56	16	3	小3	7.2	7.1	10.4	15.0	19.6	19.4	13.8	5.6	1.6	0.3
小4	1538	81	76	152	234	<u>288</u>	<u>322</u>	245	86	31	1	小4	5.3	5.0	10.0	15.4	19.0	21.2	16.2	5.7	2.0	0.1
小5	1867	138	83	151	263	412	<u>425</u>	261	80	22	5	小5	7.5	4.5	8.2	14.3	22.4	23.1	14.2	4.3	1.2	0.3
小6	2092	101	114	222	258	<u>538</u>	371	324	95	29	5	小6	4.9	5.5	10.8	12.5	26.2	18.0	15.8	4.6	1.4	0.2
中1	1120	95	77	96	190	<u>291</u>	193	100	61	8	1	中1	8.5	6.9	8.6	17.1	26.2	17.4	9.0	5.5	0.7	0.1
中2	247	31	25	35	47	<u>48</u>	30	26	3	1	1	中2	12.6	10.1	14.2	19.0	19.4	12.1	10.5	1.2	0.4	0.4
中3	228	27	20	15	<u>41</u>	44	44	24	9	2	2	中3	11.8	8.8	6.6	18.0	19.3	19.3	10.5	3.9	0.9	0.9
女子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中	77	6	14	48	9	0						年中	5.3	12.4	42.5	8.0	31.9					
年長	256	18	48	144	45	1						年長	5.4	14.5	43.5	13.6	23.0					
小1	57	3	1	1	7	11	<u>19</u>	5	3	5	2	小1	5.3	1.8	1.8	12.3	19.3	33.3	8.8	5.3	8.8	3.5
小2	248	21	9	17	27	48	<u>49</u>	45	18	9	3	小2	8.5	3.7	6.9	11.0	19.5	19.9	18.3	7.3	3.7	1.2
小3	390	24	20	26	45	60	<u>84</u>	65	41	15	3	小3	6.3	5.2	6.8	11.7	15.7	21.9	17.0	10.7	3.9	0.8
小4	610	27	32	31	100	<u>130</u>	125	97	41	12	8	小4	4.5	5.3	5.1	16.6	21.6	20.7	16.1	6.8	2.0	1.3
小5	709	25	20	42	97	158	<u>181</u>	92	70	16	4	小5	3.5	2.8	6.0	13.8	22.4	25.7	13.0	9.9	2.3	0.6
小6	817	44	21	35	129	<u>195</u>	139	136	90	15	6	小6	5.4	2.6	4.3	15.9	24.1	17.2	16.8	11.1	1.9	0.7
中1	507	20	22	41	47	101	<u>120</u>	80	54	9	7	中1	4.0	4.4	8.2	9.4	20.2	24.0	16.0	10.8	1.8	1.4
中2	195	14	11	27	21	<u>57</u>	30	30	5	0	0	中2	7.2	5.6	13.8	10.8	29.2	15.4	15.4	2.6	0.0	0.0
中3	134	3	7	15	20	<u>29</u>	<u>29</u>	20	11	0	0	中3	2.2	5.2	11.2	14.9	21.6	21.6	14.9	8.2	0.0	0.0

表3-4 ボール投げの得点分布（左表：度数，右表：％）

男子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中		15	<u>44</u>	39	20	8						年中	11.9	34.9	31.0	15.9	6.3					
年長		43	<u>101</u>	<u>167</u>	56	32						年長	10.8	25.3	41.9	14.0	8.0					
小1	355	5	10	28	40	<u>102</u>	26	27	12	20	35	小1	1.6	3.3	9.2	13.1	33.4	8.5	8.9	3.9	6.6	11.5
小2	526	1	17	57	38	<u>95</u>	62	87	48	33	76	小2	0.2	3.3	11.1	7.4	18.5	12.1	16.9	9.3	6.4	14.8
小3	882	4	38	89	94	127	<u>150</u>	119	113	74	59	小3	0.5	4.4	10.3	10.8	14.6	17.3	13.7	13.0	8.5	6.8
小4	1236	10	35	99	121	189	<u>210</u>	170	192	99	81	小4	0.8	2.9	8.2	10.0	15.7	17.4	14.1	15.9	8.2	6.7
小5	1515	13	63	122	205	211	<u>308</u>	219	180	103	59	小5	0.9	4.2	8.2	13.8	14.2	20.8	14.8	12.1	6.9	4.0
小6	1658	14	52	148	228	214	275	<u>304</u>	218	90	71	小6	0.9	3.2	9.2	14.1	13.3	17.0	18.8	13.5	5.6	4.4
中1	37	0	1	3	5	2	6	3	6	4	7	中1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.2
中2	8	0	1	2	1	3	1	0	0	0	0	中2	0.0	0.1	0.3	0.1	0.4	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
中3	9	0	0	2	0	2	3	1	1	0	0	中3	0.0	0.0	0.2	0.0	0.2	0.3	0.1	0.1	0.0	0.0
女子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中		12	<u>26</u>	12	5	1						年中	21.4	46.4	21.4	8.9	1.8					
年長		32	<u>88</u>	63	30	7						年長	14.5	40.0	28.6	13.6	3.2					
小1	197	0	2	14	24	<u>38</u>	33	23	12	8	11	小1	0.0	1.2	8.5	14.5	23.0	20.0	13.9	7.3	4.8	6.7
小2	213	4	10	22	<u>32</u>	28	43	17	11	13	30	小2	1.9	4.8	10.5	15.2	13.3	20.5	8.1	5.2	6.2	14.3
小3	353	1	8	42	30	<u>79</u>	33	58	17	25	55	小3	0.3	2.3	12.1	8.6	22.7	9.5	16.7	4.9	7.2	15.8
小4	537	5	28	23	83	84	80	62	19	43	<u>105</u>	小4	0.9	5.3	4.3	15.6	15.8	15	11.7	3.6	8.1	19.7
小5	615	5	21	50	64	94	75	60	81	49	<u>113</u>	小5	0.8	3.4	8.2	10.5	15.4	12.3	9.8	13.2	8.0	18.5
小6	677	4	15	71	106	84	<u>108</u>	76	45	60	97	小6	0.6	2.3	10.7	15.9	12.6	16.2	11.4	6.8	9.0	14.6
中1	21	1	2	2	1	4	4	2	3	2	0	中1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0
中2	34	0	2	6	5	6	4	4	3	1	3	中2	0.0	0.1	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1
中3	24	0	0	5	6	2	4	6	1	0	0	中3	0.0	0.0	0.2	0.3	0.1	0.2	0.3	0.0	0.0	0.0

表3-5 5m時間往復走の得点分布 (左表：度数, 右表：%)

男子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中	86	4	7	21	30	24						年中	4.7	8.1	24.4	34.9	27.9					
年長	267	16	11	45	85	110						年長	6.0	4.1	16.9	31.8	41.2					
小1	368	7	14	7	8	17	21	104	55	27	53	小1	2.2	4.5	2.2	2.6	5.4	6.7	33.2	17.6	8.6	16.9
小2	629	20	10	11	38	124	86	52	205	20	80	小2	3.1	1.5	1.7	5.9	19.2	13.3	8.0	31.7	3.1	12.4
小3	1102	39	105	50	94	70	369	87	106	95	52	小3	3.7	9.8	4.7	8.8	6.6	34.6	8.2	9.9	8.9	4.9
小4	1512	78	24	87	121	380	298	144	289	28	98	小4	5.0	1.6	5.6	7.8	24.6	19.3	9.3	18.7	1.8	6.3
小5	1817	70	62	60	0	294	153	471	94	116	138	小5	4.8	4.3	4.1	0.0	20.2	10.5	32.3	6.4	8.0	9.5
小6	1942	66	52	220	228	157	146	572	111	139	180	小6	3.5	2.8	11.8	12.2	8.4	7.8	30.6	5.9	7.4	9.6
中1	1213	41	101	48	60	79	398	81	124	136	50	中1	3.7	9.0	4.3	5.4	7.1	35.6	7.2	11.1	12.2	4.5
中2	139	14	7	6	35	6	20	32	5	3	9	中2	10.2	5.1	4.4	25.5	4.4	14.6	23.4	3.6	2.2	6.6
中3	109	15	1	6	35	9	26	11	5	9	3	中3	12.5	0.8	5.0	29.2	7.5	21.7	9.2	4.2	7.5	2.5
女子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中	69	1	6	7	33	22						年中	1.4	8.7	10.1	47.8	31.9					
年長	206	6	7	59	58	76						年長	2.9	3.4	28.6	28.2	36.9					
小1	229	2	15	3	11	14	15	88	26	7	16	小1	1.0	7.6	1.5	5.6	7.1	7.6	44.7	13.2	3.6	8.1
小2	253	8	8	11	8	52	33	40	48	23	21	小2	3.2	3.2	4.4	3.2	20.6	13.1	15.9	19.0	9.1	8.3
小3	432	4	8	39	24	45	29	130	72	24	54	小3	0.9	1.9	9.1	5.6	10.5	6.8	30.3	16.8	5.6	12.6
小4	640	9	1	36	40	34	224	57	101	90	40	小4	1.4	0.2	5.7	6.3	5.4	35.4	9.0	16.0	14.2	6.3
小5	742	15	9	42	34	144	119	62	58	177	80	小5	2.0	1.2	5.7	4.6	19.5	16.1	8.4	7.8	23.9	10.8
小6	814	13	10	9	104	60	103	67	254	36	152	小6	1.6	1.2	1.1	12.9	7.4	12.7	8.3	31.4	4.5	18.8
中1	555	10	5	65	26	32	32	160	42	41	142	中1	1.8	0.9	11.7	4.7	5.8	5.8	28.8	7.6	7.4	25.6
中2	125	9	3	23	20	4	4	34	6	3	19	中2	7.2	2.4	18.4	16.0	3.2	3.2	27.2	4.8	2.4	15.2
中3	89	12	11	1	11	15	12	4	0	3	20	中3	13.5	12.4	1.1	12.4	16.9	13.5	4.5	0.0	3.4	22.5

表3-6 腕立て伏せ(膝付き含む)の得点分布 (左表：度数, 右表：%)

男子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	男子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中												年中										
年長												年長										
小1	222	21	16	24	52	42	30	16	7	4	8	小1	9.5	7.3	10.9	23.6	19.1	13.6	7.3	3.2	1.8	3.6
小2	933	49	48	129	241	150	107	83	49	30	31	小2	5.3	5.2	14.1	26.3	16.4	11.7	9.1	5.3	3.3	3.4
小3	1555	76	64	226	353	275	231	134	73	45	59	小3	4.9	4.2	14.7	23.0	17.9	15.0	8.7	4.8	2.9	3.8
小4	2313	89	60	476	485	468	272	190	102	47	84	小4	3.9	2.6	20.9	21.3	20.6	12.0	8.4	4.5	2.1	3.7
小5	2878	88	74	681	597	569	326	228	115	47	98	小5	3.1	2.6	24.1	21.1	20.2	11.5	8.1	4.1	1.7	3.5
小6	3136	101	51	761	711	679	237	286	106	55	98	小6	3.3	1.7	24.7	23.0	22.0	7.7	9.3	3.4	1.8	3.2
中1	1892	37	24	464	418	378	253	140	72	48	39	中1	2.0	1.3	24.8	22.3	20.2	13.5	7.5	3.8	2.6	2.1
中2	183	3	1	34	32	46	20	25	9	9	4	中2	1.6	0.5	18.6	17.5	25.1	10.9	13.7	4.9	4.9	2.2
中3	192	3	2	32	25	55	32	17	17	6	3	中3	1.6	1.0	16.7	13.0	28.6	16.7	8.9	8.9	3.1	1.6
女子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点	女子	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中												年中										
年長												年長										
小1	77	13	7	7	14	17	9	1	7	1	1	小1	16.9	9.1	9.1	18.2	22.1	11.7	1.3	9.1	1.3	1.3
小2	358	42	35	54	65	53	40	28	16	3	8	小2	12.2	10.2	15.7	18.9	15.4	11.6	8.1	4.7	0.9	2.3
小3	587	34	75	95	93	109	75	43	22	15	24	小3	5.8	12.8	16.2	15.9	18.6	12.8	7.4	3.8	2.6	4.1
小4	968	53	85	147	204	152	134	101	33	20	32	小4	5.5	8.8	15.3	21.2	15.8	13.9	10.5	3.4	2.1	3.3
小5	1139	44	90	192	194	212	176	97	43	35	49	小5	3.9	8.0	17.0	17.1	18.7	15.5	8.6	3.8	3.1	4.3
小6	1258	58	96	230	261	222	178	115	28	38	26	小6	4.6	7.7	18.4	20.8	17.7	14.2	9.2	2.2	3.0	2.1
中1	772	61	51	159	137	127	113	75	24	7	15	中1	7.9	6.6	20.7	17.8	16.5	14.7	9.8	3.1	0.9	2.0
中2	139	8	28	30	29	13	13	10	2	2	4	中2	5.8	20.1	21.6	20.9	9.4	9.4	7.2	1.4	1.4	2.9
中3	101	6	17	14	19	17	10	9	5	1	3	中3	5.9	16.8	13.9	18.8	16.8	9.9	8.9	5.0	1.0	3.0

表3-7 20mシャトルランの得点分布 (%)

男子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中											
年長											
小1	128	0.0	3.1	10.9	16.4	12.5	3.9	13.3	12.5	6.3	21.1
小2	469	0.6	4.9	16.6	15.4	17.1	15.6	11.5	5.3	4.7	8.3
小3	857	1.2	6.7	15.9	18.1	18.4	15.2	10.9	7.7	3.5	2.6
小4	1182	2.8	6.5	11.7	14.7	19.5	16.7	14.7	7.2	4.1	2.0
小5	1440	3.8	8.3	11.0	18.8	19.7	17.8	11.2	6.0	2.2	1.0
小6	1582	4.6	8.3	14.4	19.0	20.3	16.1	9.6	5.7	1.7	0.3
中1	988	5.1	10.2	15.0	20.1	20.0	14.1	8.7	5.6	0.9	0.3
中2	147	11.6	13.6	17.0	21.1	14.3	16.3	4.8	1.4	0.0	0.0
中3	135	9.6	10.4	16.3	17.8	17.8	13.3	9.6	4.4	0.7	0.0
女子	N	1点	2点	3点	4点	5点	6点	7点	8点	9点	10点
年中											
年長											
小1	45	0.0	0.0	11.1	8.9	17.8	8.9	8.9	20.0	11.1	13.3
小2	213	0.5	3.3	9.9	14.6	16.4	14.6	7.5	7.5	6.6	19.2
小3	359	0.0	4.5	8.9	14.8	18.7	14.2	13.4	8.9	7.2	9.5
小4	540	1.5	3.7	9.3	14.3	15.0	19.8	15.6	8.1	5.0	7.8
小5	623	0.5	5.0	7.7	14.1	18.0	21.0	13.6	10.6	5.5	4.0
小6	677	2.1	5.3	8.7	15.2	16.4	16.8	14.0	10.6	6.1	4.7
中1	479	2.9	5.8	8.8	16.1	18.6	22.3	14.4	6.3	2.9	1.9
中2	171	2.9	9.9	18.1	21.6	24.0	12.9	5.8	4.1	0.6	0.0
中3	119	4.2	4.2	11.8	22.7	12.6	16.8	16.8	8.4	1.7	0.8

表4 スポーツ庁(2020) データ：運動適性テストⅡと共通する測定項目

学年	50m走 (秒)						立ち幅とび (cm)						ボール投げ (m)						20mシャトルラン (回)					
	男子			女子			男子			女子			男子			女子			男子			女子		
	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD
小1	1098	11.45	0.96	1105	11.82	1.00	1111	114.74	17.42	1118	106.93	16.22	1110	8.28	3.16	1111	5.62	1.90	1104	18.73	9.58	1088	15.96	6.63
小2	1103	10.59	0.85	1109	10.93	0.84	1124	125.57	17.46	1120	117.69	16.53	1118	11.52	4.55	1107	7.38	2.43	1110	29.07	14.00	1097	22.27	9.31
小3	1087	10.02	0.80	1100	10.40	0.78	1111	136.81	18.54	1119	128.05	17.49	1121	15.66	6.11	1117	9.40	3.14	1118	38.41	17.27	1115	29.16	12.55
小4	1096	9.61	0.78	1107	9.91	0.75	1122	144.52	19.00	1116	137.89	17.94	1124	18.92	7.01	1110	11.63	3.64	1125	45.6	18.91	1118	37.09	15.16
小5	1098	9.22	0.74	1101	9.52	0.72	1115	155.38	19.20	1121	147.40	19.13	1126	22.92	8.13	1114	13.60	4.24	1124	54.83	21.20	1120	44.14	17.08
小6	1104	8.87	0.75	1109	9.15	0.68	1118	164.07	20.35	1111	156.01	19.87	1122	26.65	9.37	1094	16.38	5.38	1126	63.42	22.38	1123	51.56	17.93
中1	1372	8.42	0.73	1381	8.90	0.71	1400	182.75	24.25	1397	169.26	20.93	1404	18.44	5.07	1403	12.33	3.65	1025	71.57	22.73	1051	56.33	19.80
中2	1374	7.80	0.65	1385	8.62	0.67	1391	201.67	24.21	1396	175.19	21.30	1406	21.38	5.61	1409	13.79	4.16	1056	88.28	23.66	1065	62.32	19.95
中3	1369	7.45	0.55	1382	8.56	0.69	1393	214.74	23.47	1398	178.62	22.74	1407	23.69	5.55	1405	14.57	4.38	1042	94.81	23.89	1059	62.12	20.17

ポーツ少年団員を対象とした本データの記録は全国値よりも良いことが分かる。スポーツ少年団員向けの得点表としては、やや基準を上げる（厳しくする）ことも考えられるが、今後、スポーツ少年団の在り方が多様化し、それに伴って団員も多様化することも想定されるため、このままでも大きな問題は生じないと考えられる。

表5は、運動適性テストⅡ実施要領に従って、

幼児は4項目の得点、小学生以上は7項目の得点を合計し、級判定を行った結果である。幼児は4点～11点を3級、12点～15点を2級、16点～20点を1級としており、小学生以上は7～13点を5級、14点～27点を4級、28点～41点を3級、42点～55点を2級、56点～70点を1級としている。仮に幼児の場合、4項目全て3点（標準的な値）であったとき12点であるため2級が標準、小学生以上の

表5 級判定の分布 (%)

男子	N	1級	2級	3級	4級	5級
年中	83	13.3	43.4	43.4	-	-
年長	254	20.1	42.1	37.8	-	-
小1	111	4.0	41.0	44.0	11.0	0.0
小2	475	3.2	30.8	49.9	16.1	0.0
小3	894	1.0	25.1	52.0	20.6	1.4
小4	1193	1.2	26.2	52.5	19.0	1.1
小5	1487	1.2	24.1	51.9	21.6	1.2
小6	1643	1.3	25.0	51.7	20.7	1.4
中1	990	2.1	30.4	52.8	14.1	0.6
中2	138	0.0	18.4	47.6	30.1	3.9
中3	119	0.0	22.7	42.0	31.8	3.4
女子	N	1級	2級	3級	4級	5級
年中	16	6.3	56.3	37.5	-	-
年長	103	8.7	48.5	42.7	-	-
小1	41	10.3	48.7	35.9	5.1	0.0
小2	190	3.0	32.1	49.7	15.2	0.0
小3	333	5.8	34.8	45.7	13.7	0.0
小4	490	3.7	37.1	46.3	12.2	0.7
小5	558	2.6	35.6	50.9	10.1	0.8
小6	616	1.8	40.6	46.0	10.5	1.1
中1	428	1.8	40.6	45.5	11.5	0.5
中2	138	0.9	15.1	53.8	28.3	1.9
中3	91	2.7	16.4	56.2	24.7	0.0

場合、7項目全て5点(標準的な値)であったとき35点であるため3級が標準ということになる。表5では幼児では2級、小学生以上では3級を中心に級判定が分布しており、級判定が実用性を有していると考えられる。

4. 走・跳・投の質的評価(観察評価)

表6は走動作、跳動作、投動作の質的評価(観察評価)の結果を示している。対象者の動作を総合的にみて、全体的な動きの印象(全体印象)をA:成熟型(よい動き)、C:未熟型、B:AとCの間(まあよい動き)の3段階で判定した。幼児のデータは少数であるため解釈しないが、小学生の結果をみると、いずれの動作も学年進行とともにA評価が増加する傾向にあった。男女差に着目すると、走動作と跳動作はいずれの学年においても僅かに男子よりも女子においてA評価が多

表6-1 走動作の分布(左表:度数,右表:%)

男子	N	A	B	C	男子	A	B	C
年中	3	1	2	0	年中	33.3	66.7	0.0
年長	17	14	2	0	年長	87.5	12.5	0.0
小1	108	67	31	5	小1	65.0	30.1	4.9
小2	403	263	102	27	小2	67.1	26.0	6.9
小3	725	499	175	36	小3	70.3	24.6	5.1
小4	1027	751	227	32	小4	74.4	22.5	3.2
小5	1218	849	307	45	小5	70.7	25.6	3.7
小6	1382	1054	272	36	小6	77.4	20.0	2.6
女子	N	A	B	C	女子	A	B	C
年中	1	0	1	0	年中	0.0	100.0	0.0
年長	12	7	5	0	年長	58.3	41.7	0.0
小1	40	25	9	2	小1	69.4	25.0	5.6
小2	182	125	48	3	小2	71.0	27.3	1.7
小3	304	225	63	8	小3	76.0	21.3	2.7
小4	443	318	104	7	小4	74.1	24.2	1.6
小5	524	401	105	9	小5	77.9	20.4	1.7
小6	575	454	106	7	小6	80.1	18.7	1.2

表6-2 跳動作の分布(左表:度数,右表:%)

男子	N	A	B	C	男子	A	B	C
年中	4	2	2	0	年中	50.0	50.0	0.0
年長	25	17	7	0	年長	70.8	29.2	0.0
小1	130	86	34	6	小1	68.3	27.0	4.8
小2	437	298	109	20	小2	69.8	25.5	4.7
小3	781	546	192	29	小3	71.2	25.0	3.8
小4	1144	867	236	28	小4	76.7	20.9	2.5
小5	1351	997	296	41	小5	74.7	22.2	3.1
小6	1519	1201	267	31	小6	80.1	17.8	2.1
女子	N	A	B	C	女子	A	B	C
年中	4	3	1	0	年中	75.0	25.0	0.0
年長	18	13	5	0	年長	72.2	27.8	0.0
小1	43	25	13	1	小1	64.1	33.3	2.6
小2	203	140	56	1	小2	71.1	28.4	0.5
小3	340	246	71	17	小3	73.7	21.3	5.1
小4	492	362	103	16	小4	75.3	21.4	3.3
小5	578	448	108	14	小5	78.6	18.9	2.5
小6	654	535	92	19	小6	82.8	14.2	2.9

かった。他方、投動作については、反対に男子が女子よりもA評価が多く、走動作や跳動作と比べて、その差は大きかった。走動作、跳動作、投動作に対応する量的評価項目は、50m走、立ち幅と

表6-3 投動作の分布（左表：度数，右表：%）

男子	N	A	B	C	男子	A	B	C
年中	3	2	1	0	年中	66.7	33.3	0.0
年長	17	14	2	0	年長	87.5	12.5	0.0
小1	100	61	25	10	小1	63.5	26.0	10.4
小2	382	260	93	19	小2	69.9	25.0	5.1
小3	674	466	176	18	小3	70.6	26.7	2.7
小4	960	742	181	24	小4	78.4	19.1	2.5
小5	1162	880	243	22	小5	76.9	21.2	1.9
小6	1302	1055	210	17	小6	82.3	16.4	1.3
女子	N	A	B	C	女子	A	B	C
年中	1	0	1	0	年中	0.0	100.0	0.0
年長	12	7	5	0	年長	58.3	41.7	0.0
小1	36	19	10	3	小1	59.4	31.3	9.4
小2	170	103	44	17	小2	62.8	26.8	10.4
小3	284	171	86	21	小3	61.5	30.9	7.6
小4	415	277	112	15	小4	68.6	27.7	3.7
小5	495	351	121	15	小5	72.1	24.8	3.1
小6	528	391	115	14	小6	75.2	22.1	2.7

び、ボール投げであるが、これらの量的評価項目は、いずれも男子の記録が女子の記録よりも平均して優れている（表2，表4）。よい動き（質的評価）が良い記録（量的評価）に結び付いていることは容易に想像できるが、走動作や跳動作の質的評価が男子よりも女子が良好であるにもかかわらず、50m走や立ち幅とびの量的評価は女子よりも男子が平均して優れているという結果は、体格的な発育の影響を強く受ける力強さの側面を評価する量的評価だけでなく、動きの出来栄えと関連する動きの巧みさの側面を評価する質的評価の両面から子どもを評価する必要性を示唆する。

5. 量的評価と走・跳・投の質的評価（観察評価）の関係による評価

運動適性テストⅡの評価は、量的評価と質的評価（観察評価）を組み合わせた評価方法を用いることが特徴のひとつである。表7は、走動作、跳

表7-1 走動作の観察評価別短距離走（幼児：25m走，小学生：50m走）の記録

男子	観察評価			女子	観察評価				
	A判定	B判定	C判定		A判定	B判定	C判定		
年中	Ave	11.88	7.16	-	年中	Ave	-	9.52	-
	SD	-	0.46	-	年中	SD	-	-	-
年長	Ave	6.15	6.79	-	年長	Ave	6.83	6.78	-
	SD	0.48	0.12	-	年長	SD	0.70	1.12	-
小1	Ave	11.22	11.82	12.37	小1	Ave	11.08	11.22	11.99
	SD	1.10	1.34	0.23	小1	SD	1.00	0.32	0.85
小2	Ave	10.50	10.92	11.65	小2	Ave	10.83	11.32	11.46
	SD	1.02	0.95	0.92	小2	SD	1.01	0.84	0.96
小3	Ave	10.10	10.43	11.66	小3	Ave	10.21	10.62	10.74
	SD	0.91	0.96	0.98	小3	SD	0.79	1.03	1.34
小4	Ave	9.55	10.02	11.60	小4	Ave	9.70	10.14	10.46
	SD	0.81	0.93	1.04	小4	SD	0.70	0.70	1.23
小5	Ave	9.28	9.56	10.83	小5	Ave	9.32	9.65	10.44
	SD	2.86	0.86	1.68	小5	SD	0.70	0.72	1.02
小6	Ave	8.83	9.32	9.99	小6	Ave	9.00	9.19	9.72
	SD	0.75	0.78	1.83	小6	SD	0.81	0.71	1.29
中1	Ave	8.51	9.03	10.01	中1	Ave	8.73	9.12	10.91
	SD	0.70	1.06	1.31	中1	SD	0.68	1.09	1.69
中2	Ave	8.14	8.69	9.58	中2	Ave	8.73	9.09	9.42
	SD	0.64	1.61	0.16	中2	SD	0.73	0.86	0.25
中3	Ave	7.58	8.08	9.60	中3	Ave	8.55	8.72	7.92
	SD	0.55	0.91	-	中3	SD	0.69	0.44	-

表7-2 跳動作の観察評価別立ち幅とびの記録

男子		観察評価			女子		観察評価		
		A判定	B判定	C判定			A判定	B判定	C判定
年中	Ave	104.00	92.50	-	年中	Ave	95.33	85.00	-
	SD	8.49	0.71	-		SD	12.01	-	-
年長	Ave	113.24	107.29	-	年長	Ave	103.31	110.20	-
	SD	20.08	19.56	-		SD	17.13	18.17	-
小1	Ave	122.56	113.26	92.67	小1	Ave	118.84	120.77	88.00
	SD	16.15	13.64	23.98		SD	17.08	13.83	-
小2	Ave	133.26	127.11	122.85	小2	Ave	128.32	118.26	119.00
	SD	15.68	18.98	17.26		SD	17.02	14.46	-
小3	Ave	141.62	136.72	120.52	小3	Ave	138.00	130.99	116.00
	SD	16.41	18.13	18.78		SD	17.27	16.24	11.40
小4	Ave	150.26	142.83	137.32	小4	Ave	147.08	141.21	124.31
	SD	17.05	16.78	14.44		SD	18.21	17.72	16.85
小5	Ave	158.60	149.91	133.90	小5	Ave	157.35	150.44	130.07
	SD	17.16	17.41	19.01		SD	18.68	18.36	14.48
小6	Ave	168.26	158.11	145.70	小6	Ave	165.42	159.74	147.63
	SD	19.13	16.96	15.13		SD	19.39	17.41	9.74
中1	Ave	178.36	163.67	146.67	中1	Ave	172.61	165.54	142.50
	SD	20.97	24.65	24.37		SD	18.47	21.20	14.75
中2	Ave	198.42	174.20	150.00	中2	Ave	172.54	161.17	158.00
	SD	23.62	12.99	22.91		SD	21.21	10.81	2.31
中3	Ave	210.21	174.29	-	中3	Ave	177.18	168.79	160.00
	SD	24.90	13.77	-		SD	20.85	14.99	-

表7-3 投動作の観察評価別ボール投げの記録

男子		観察評価			女子		観察評価		
		A判定	B判定	C判定			A判定	B判定	C判定
年中	Ave	5.50	3.51	-	年中	Ave	-	2.86	-
	SD	0.71	-	-		SD	-	-	-
年長	Ave	8.78	5.74	-	年長	Ave	7.91	3.51	-
	SD	3.59	0.37	-		SD	5.74	0.61	-
小1	Ave	13.46	9.54	10.26	小1	Ave	8.02	7.01	5.67
	SD	5.19	4.46	5.40		SD	3.73	3.76	1.53
小2	Ave	16.51	13.93	10.29	小2	Ave	9.19	8.54	7.41
	SD	6.34	5.38	4.46		SD	3.88	2.69	2.52
小3	Ave	21.02	16.86	12.37	小3	Ave	12.81	11.26	8.65
	SD	6.87	6.29	5.49		SD	5.18	4.48	2.95
小4	Ave	24.97	21.09	16.35	小4	Ave	16.66	14.35	9.67
	SD	7.22	6.77	5.39		SD	10.56	6.24	3.54
小5	Ave	28.58	24.30	18.27	小5	Ave	19.03	16.90	9.73
	SD	8.26	8.09	5.53		SD	9.50	5.91	2.20
小6	Ave	33.16	26.33	17.32	小6	Ave	21.99	17.82	14.17
	SD	9.33	8.36	5.95		SD	8.14	6.35	5.14
中1	Ave	34.48	26.66	13.74	中1	Ave	23.41	18.13	12.38
	SD	11.30	9.15	6.70		SD	8.37	5.55	3.71
中2	Ave	23.86	16.03	16.80	中2	Ave	15.37	12.37	9.00
	SD	7.07	2.68	-		SD	4.74	2.61	1.41
中3	Ave	25.99	22.82	-	中3	Ave	15.94	13.88	11.00
	SD	5.60	4.67	-		SD	4.42	2.20	-

動作、投動作の観察評価とそれらに対応する短距離走のタイム、立ち幅とびの跳躍距離、ボール投げの遠投距離との関係を検討した結果である。走動作の観察評価別短距離走（表7-1）、跳動作の観察評価別立ち幅とび（表7-2）、投動作の観察評価別ボール投げ（表7-3）について、それぞれの性・学年別平均値と標準偏差を表している。予想通り、A判定（よい動き）の者は、B判定やC判定の者と比べ量的評価の記録が優れていた。その一方で、標準偏差からは、A評価であっても、B評価の者よりも量的評価の記録が劣る者もいれば、C評価であっても、B評価の者よりも量的評価の記録が優れる者もいることが分かる。したがって、量的評価と質的評価（観察評価）を組み合わせた評価方法は、個人の特徴を分類することに役立つ、速く走る、遠くに跳ぶ、遠くに投げるだけでなく、上手に走ることに、上手に跳ぶことに、上手に投げることに指導者が目を向けること

を促す評価方法であるといえる。

6. 量的評価と量的評価の組み合わせによる評価

表8は、量的評価の測定項目の中で、運動動作が類似している項目同士の得点の関係を検討した結果である。量的評価と量的評価の組み合わせによる評価は、運動適性テストIIで新たに開発した評価方法である。この評価方法は、量的評価と質的評価の組み合わせによる評価と同じように、多様な発育発達過程にある子どもを、発育状況に強く依存する力強さの側面だけでなく、動きの巧みさの側面も考慮して評価することを可能にする。ただし、仮に異なる量的評価が同じ評価結果にしかならないのであれば、組み合わせによる評価を行う意味がない。そのため、2つの異なる量的評価の関係性（得点分布）を確認した（表8）。そ

表8-1 50m走と5m時間往復走の得点の関係性

男子	50m走の得点										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
5m時間往復走の得点	1	1.8	0.4	0.7	0.6	0.5	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0
	2	1.2	0.6	0.6	0.8	0.6	0.4	0.2	0.1	0.0	0.0
	3	0.8	0.6	1.0	1.2	1.4	0.7	0.4	0.1	0.0	0.0
	4	1.4	1.2	1.8	3.1	3.2	1.4	0.8	0.1	0.0	0.0
	5	0.7	0.9	1.8	2.9	3.3	2.7	1.2	0.4	0.1	0.0
	6	0.7	1.0	1.6	2.2	4.8	4.1	2.3	1.0	0.1	0.0
	7	0.3	0.5	1.3	1.9	4.1	4.0	3.1	1.0	0.2	0.1
	8	0.2	0.4	0.5	0.9	2.0	2.6	2.2	0.9	0.4	0.1
	9	0.1	0.2	0.2	0.7	1.3	1.4	1.3	0.5	0.2	0.0
	10	0.2	0.1	0.3	0.6	1.3	1.6	1.7	0.8	0.4	0.1

女子	50m走の得点										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
5m時間往復走の得点	1	0.6	0.3	0.2	0.3	0.4	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0
	2	0.4	0.2	0.4	0.4	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
	3	0.7	0.6	0.7	1.0	1.3	1.1	0.4	0.1	0.0	0.0
	4	1.3	0.7	1.1	1.3	1.4	1.0	0.6	0.4	0.1	0.0
	5	0.6	0.8	0.9	2.1	3.3	2.1	1.0	0.3	0.1	0.1
	6	0.4	0.8	1.1	3.0	3.6	3.6	1.7	0.8	0.2	0.0
	7	0.6	0.2	0.9	2.2	3.6	3.7	3.3	1.2	0.3	0.1
	8	0.2	0.4	0.9	1.5	3.8	3.7	2.9	2.1	0.4	0.3
	9	0.1	0.0	0.1	0.8	1.9	2.7	1.9	1.5	0.3	0.2
	10	0.2	0.1	0.3	1.0	1.9	3.3	3.5	2.5	0.8	0.1

表8-2 25m走と5m時間往復走の得点の関係性

男子	25m走の得点					
	1	2	3	4	5	
5m時間往復走の得点	1	2.3	2.0	0.6	0.3	0.0
	2	1.1	2.6	1.1	0.0	0.0
	3	1.4	7.7	9.5	0.6	0.0
	4	1.1	8.9	19.8	2.9	0.0
	5	0.6	2.6	21.8	12.9	0.3

女子	25m走の得点					
	1	2	3	4	5	
5m時間往復走の得点	1	2.2	0.0	0.7	0.0	0.0
	2	2.2	1.8	0.7	0.0	0.0
	3	4.4	9.1	10.6	0.4	0.0
	4	0.4	6.6	22.6	3.3	0.0
	5	0.4	2.2	23.4	8.8	0.4

表8-3 立ち幅とびと立ち3段とびの得点の関係性

男子	立ち幅とびの得点									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2.6	0.4	0.3	0.2	0.2	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
2	3.5	0.7	0.5	0.3	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3	5.1	2.2	1.6	1.1	0.5	0.2	0.1	0.1	0.0	0.0
4	5.0	3.6	4.0	3.0	1.5	0.4	0.3	0.1	0.0	0.0
5	2.7	2.8	4.6	5.1	3.4	1.4	0.8	0.3	0.0	0.1
6	0.9	1.4	2.3	3.8	4.6	2.8	1.9	0.6	0.4	0.0
7	0.3	0.5	0.9	1.8	2.9	2.4	2.5	1.0	0.4	0.1
8	0.2	0.2	0.2	0.5	0.9	0.9	1.6	1.0	0.6	0.3
9	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.2	0.3	0.5	0.3	0.2
10	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1	0.2	0.2	0.3

女子	立ち幅とびの得点									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2.2	0.5	0.3	0.3	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0
2	1.9	0.9	0.5	0.5	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
3	2.2	2.0	2.3	1.7	1.0	0.5	0.2	0.0	0.1	0.0
4	2.3	2.8	3.3	4.1	3.2	1.5	0.8	0.1	0.1	0.0
5	0.9	1.7	2.5	4.7	5.1	3.9	2.5	0.9	0.2	0.1
6	0.3	0.7	1.2	2.6	3.7	4.0	3.4	1.8	0.4	0.2
7	0.2	0.3	0.9	1.1	2.2	2.6	3.7	2.3	1.2	0.4
8	0.1	0.1	0.2	0.5	0.4	0.6	1.0	1.2	0.8	0.3
9	0.0	0.0	0.1	0.1	0.2	0.0	0.4	0.4	0.6	0.3
10	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	0.1	0.1	0.3	0.5

の結果、2つの異なる量的評価が同じ得点になった者（表中の対角線上にあるセルの割合）は、いずれの組み合わせにおいても20%前後であった（50m走と5m時間往復走：男子18.2%、女子15.4%、25m走と5m時間往復走：男子17.5%、女子18.0%、立ち幅とびと立ち3段とび：男子18.3%、女子24.6%）。したがって、約80%は2つの量的評価が1点以上異なっており、この評価方法によって個人の特徴を表現できているといえる。

7. 幼児における質的評価（観察評価）の詳細および量的評価と質的評価（観察評価）の関係

全国のスポーツ少年団から日本スポーツ協会に提出されたデータには、幼児のデータが少なく、特に、質的評価のデータは極めて少なかった。そのため、スポーツ少年団員とは別に、私立Aこども園に通う全園児に協力を依頼し、保育活動中に走・跳・投の質的評価と25m走、立ち幅とび、ソフトボール投げを実施した。また、運動適性テストⅡでは、年中児と年長児が対象であるが、対象児は年少児22名を含め、年中児21名、年長児22名、計65名とした。なお、データ分析は男女を区別せずに分析した。

表9-1は、質的評価の全体印象と部分観点の達成率を表している。全体印象の判定結果は、投動作のA判定が走動作や跳動作のA判定と比べて

極めて低かった。前掲の表6にあるスポーツ少年団員やその関係者の年中児、年長児と比べると、いずれの動作もA判定が少ない傾向にあった。部分観点の達成率については、達成率が50%を超えているのは、走動作では、「腿がよく上がっている（50.8%）」「歩幅が大きい（83.1%）」、跳動作では、「膝と腰をよく曲げて跳ぶ準備をしている（73.8%）」「離地時に身体全体を大きく前傾している（52.3%）」「両足で身体の前方に着地している（69.2%）」、投動作では、「腕をムチのように振っている（52.3%）」であった。その他の部分観点は達成率が50%を下回り、特に投動作の部分観点の達成率が低い傾向にあった。

表9-2は、各動作の全体印象別部分観点の達成率を表している。また、部分観点は走動作が3観点、跳動作と投動作は4観点について達成できているか否かを判定するため、全ての観点を達成できている場合、走動作は3点、跳動作と投動作は4点となる。表中にその平均点（部分観点スコア）を示したが、A判定の幼児の平均点はB判定とC判定の幼児よりも高かった。A判定の幼児の平均点は走動作が2.6点、跳動作が3.1点、投動作が2.1点であり、A判定の幼児は概ね2つ以上の部分観点を達成できている様子が見えられた。

次に表9-3は、各動作の部分観点スコアと各動作に対応する量的評価の記録との関連性を検討した結果である。25m走と走動作の部分観点スコア間の相関係数が-0.67（全体）、立ち幅とび

表9-1 全体印象と部分観点の達成率(%)：学年別比較

評価観点	動作	判定	年少児		年中児		年長児		全体	
			N	割合(%)	N	割合(%)	N	割合(%)	N	割合(%)
全体印象	走動作	A判定	4	18.2	4	19.0	11	50.0	19	29.2
		B判定	9	40.9	14	66.7	11	50.0	34	52.3
		C判定	9	40.9	3	14.3	0	0.0	12	18.5
	跳動作	A判定	1	4.5	3	14.3	9	40.9	13	20.0
		B判定	9	40.9	16	76.2	11	50.0	36	55.4
		C判定	12	54.5	2	9.5	2	9.1	16	24.6
	投動作	A判定	0	0.0	0	0.0	2	9.1	2	3.1
		B判定	5	22.7	10	47.6	15	68.2	30	46.2
		C判定	17	77.3	11	52.4	5	22.7	33	50.8
部分観点	走動作	腿がよく上がっている	6	27.3	11	52.4	16	72.7	33	50.8
		歩幅が大きい	14	63.6	20	95.2	20	90.9	54	83.1
		腕(肘)が適度に曲がり、前後に大きく振られている	5	22.7	9	42.9	13	59.1	27	41.5
	跳動作	膝と腰をよく曲げて跳ぶ準備をしている	11	50.0	15	71.4	22	100.0	48	73.8
		腕を後方から前方にタイミングよく振っている	5	22.7	5	23.8	7	31.8	17	26.2
		離地時に身体全体を大きく前傾している	3	13.6	13	61.9	18	81.8	34	52.3
	投動作	両足で身体の前方に着地している	11	50.0	18	85.7	16	72.7	45	69.2
		ステップ脚(投げ腕と反対側)が前に出る	4	18.2	10	47.6	12	54.5	26	40.0
		上半身をひねって、投げ腕を後方に引いている	1	4.5	7	33.3	8	36.4	16	24.6
		軸足からステップ脚に体重が移動している	0	0.0	2	9.5	4	18.2	6	9.2
		腕をムチのように振っている	6	27.3	12	57.1	16	72.7	34	52.3

表9-2 各動作の全体印象別部分観点の達成率(%)

動作	部分観点(達成率)				部分観点スコア(点)		
	腿がよく上がっている	歩幅が大きい	腕(肘)が適度に曲がり、前後に大きく振られている		Ave	SD	
走動作	A判定(N=19)	89.5	100.0	73.7	2.6	0.6	
	B判定(N=34)	47.1	91.2	38.2	1.8	0.8	
	C判定(N=12)	0.0	33.3	0.0	0.3	0.5	
跳動作	膝と腰をよく曲げて跳ぶ準備をしている	腕を後方から前方にタイミングよく振っている	離地時に身体全体を大きく前傾している	両足で身体の前方に着地している	Ave	SD	
	A判定(N=13)	100.0	46.2	100.0	100.0	3.1	0.7
	B判定(N=36)	80.6	25.0	58.3	86.1	2.3	1.1
C判定(N=16)	37.5	12.5	0.0	6.3	0.7	0.6	
投動作	ステップ脚(投げ腕と反対側)が前に出る	上半身をひねって、投げ腕を後方に引いている	軸足からステップ脚に体重が移動している	腕をムチのように振っている	Ave	SD	
	A判定(N=2)	100.0	100.0	50.0	100.0	2.1	1.1
	B判定(N=30)	53.3	33.3	16.7	83.3	0.9	1.1
C判定(N=33)	24.2	12.1	0.0	21.2	0.9	1.0	

注) 部分観点スコアのAveとSDは、各動作の部分観点を達成している数を対象時ごとにカウントして計算。走動作は3点満点、跳動作と投動作は4点満点。

表9-3 量的評価と部分観点スコアとの相関関係

量的評価項目	部分観点スコア			
	年少児 (N=22)	年中児 (N=21)	年長児 (N=22)	全体 (N=65)
25m走	-0.67	-0.54	-0.47	-0.67
立ち幅とび	0.78	0.78	0.60	0.79
ボール投げ	0.36	0.04	0.15	0.36

注) 表中の値は積率相関係数

と跳動作の部分観点スコアとの相関係数が0.79(全体)、ボール投げと投動作の部分観点スコアとの相関係数が0.36(全体)であり、ボール投げと投動作の部分観点の関連は他と比べて低かった。このことは、各動作の観察評価(全体印象)とそれらに対応する量的評価との関係を検討した表7の結果とも一致する。部分観点スコアは全体印象と同じく、動作の出来栄を表現していると考えられる。したがって、ボール投げと投動作の

表9-4 全体印象別および部分観点別の量的評価の記録

評価観点	動作	判定	年少児			年中児			年長児			全体			
			N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	N	Ave	SD	
全体印象	走動作	A判定	4	7.76	0.42	4	6.41	0.18	11	5.97	0.30	19	6.44	0.77	
		B判定	9	7.91	0.85	14	7.33	0.48	11	6.52	0.30	34	7.22	0.78	
		C判定	9	10.00	0.67	3	7.97	0.36	0	-	-	12	9.49	1.07	
	跳動作	A判定	1	93.00	0.00	3	108.67	9.67	9	122.00	7.50	13	116.69	11.75	
		B判定	9	63.11	11.53	16	85.44	11.77	11	97.55	9.33	36	83.56	16.95	
		C判定	12	41.17	10.31	2	56.00	6.00	2	77.00	13.00	16	47.50	15.91	
	投動作	A判定	0	-	-	0	-	-	2	6.50	0.00	2	6.50	0.00	
		B判定	5	3.50	1.90	10	3.15	1.23	15	4.93	1.44	30	4.10	1.69	
		C判定	17	2.00	0.91	11	2.86	0.71	5	4.10	0.58	33	2.61	1.09	
部分観点	走動作	腿がよく上がっている	○	6	7.83	0.66	11	6.99	0.60	16	6.08	0.32	33	6.70	0.84
			×	16	9.08	1.28	10	7.53	0.52	6	6.67	0.28	32	8.14	1.37
		歩幅が大きい	○	14	7.92	0.76	20	7.20	0.61	20	6.22	0.41	54	7.02	0.90
			×	8	10.17	0.46	1	8.05	-	2	6.51	0.19	11	9.31	1.51
		腕(肘)が適度に曲がり、前後に大きく振られている	○	5	8.15	0.53	9	6.96	0.56	13	6.20	0.32	27	6.82	0.85
			×	17	8.91	1.37	12	7.46	0.59	9	6.30	0.50	38	7.83	1.46
	跳動作	膝と腰をよく曲げて跳ぶ準備をしている	○	11	63.18	15.97	15	89.93	17.42	22	105.68	17.28	48	91.02	23.72
			×	11	41.82	11.08	6	76.00	9.42	0	-	-	17	53.88	19.43
		腕を後方から前方にタイミングよく振っている	○	5	65.00	19.25	5	96.00	10.66	7	106.43	18.12	17	91.18	24.81
			×	17	48.82	14.96	16	82.81	17.11	15	105.33	16.87	48	77.81	28.43
		離地時に身体全体を大きく前傾している	○	3	71.33	17.17	13	95.00	12.10	18	109.94	15.04	34	100.82	18.32
			×	19	49.53	15.48	8	71.25	12.35	4	86.50	13.24	31	59.90	19.98
	両足で身体の前方に着地している	○	11	65.09	13.86	18	88.61	14.48	16	112.25	14.19	45	91.27	23.01	
		×	11	39.91	9.85	3	70.00	20.40	6	88.17	11.68	20	58.90	25.11	
	投動作	ステップ脚(投げ腕と反対側)が前に出る	○	4	1.63	0.65	10	2.80	0.51	12	4.75	1.48	26	3.52	1.62
			×	18	2.50	1.42	11	3.18	1.27	10	5.05	1.19	39	3.35	1.68
		上半身をひねって、投げ腕を後方に引いている	○	1	2.00	-	7	3.07	0.73	8	5.06	1.24	16	4.00	1.48
			×	21	2.36	1.39	14	2.96	1.11	14	4.79	1.42	49	3.22	1.60
軸足からステップ脚に体重が移動している		○	0	-	-	2	2.75	0.25	4	4.63	1.14	6	4.00	1.29	
		×	22	2.34	1.36	19	3.03	1.04	18	4.94	1.40	59	3.36	1.68	
腕をムチのように振っている	○	6	3.92	1.62	12	3.25	1.20	16	5.28	1.37	34	4.32	1.56		
	×	16	1.75	0.53	9	2.67	0.47	6	3.83	0.55	31	2.42	0.59		

注1) 走動作は25m走(秒)、跳動作は立ち幅とび(cm)、投動作はソフトボール投げ(m)の平均(Ave)と標準偏差(SD)

注2) ○:達成, ×:未達成

部分観点スコアの間の相関係数の低さは、ボール投げの記録が投動作の出来栄を十分に反映できていないことを示唆している。そして、走動作や跳動作と比べて、投動作は量的評価との関連が弱いことから、特にボール投げにおいては、量的評価（ボール投げの記録）と質的評価（投動作の観察評価）の両面から評価する必要があるといえる。

また、質的評価と量的評価の関係性については、全体印象別および部分観点別量的評価の平均値と標準偏差を学年別に算出した（表9-4）。全体印象別量的評価の結果は表7と類似した結果であった。部分観点別量的評価の結果は表9-3の相関係数と同じように、部分観点を満たしている幼児の平均値が満たしていない幼児よりも高い傾向にあった。

8. さいごに

本稿では、運動適性テストⅡの評価方法の妥当性を複数の観点から検証した。運動適性テストⅡでは、旧運動適性テストと同じように、すべての測定項目の得点換算表を作成した。また、質的評価（観察評価）を新たに導入し、量的評価と観察評価の組み合わせ、量的評価と量的評価の組み合わせによる新たな評価方法を提案した。そのため、得点換算表の妥当性、新たな評価方法の妥当性を

検証する必要があった。本稿では、スポーツ少年団から日本スポーツ協会に提出されたデータをもとに、得点分布を確認することや新たな評価方法を用いた評価が個人の特徴を表現する方法として適しているかを検証した。その結果、各測定項目の得点が特定の得点に偏ることがないことや新たな評価方法を用いた評価が特定の評価に偏ることなく個人の特徴を表現できていることが確認できた。しかしながら、テストの妥当性については、縦断データを用いて、個人の運動発達を表現できるかといったことや様々な妥当基準との比較を通して、その妥当性を多面的に検証する必要がある。今後も継続した検証が期待される。

付 記

私立Aこども園に通う幼児を対象とした測定は、順天堂大学発育発達学・測定評価学研究室が実施し、データ集計およびデータ分析は岸秀忠、黒川優介氏が行った。

文 献

鈴木宏哉（2021）運動適性テストⅡの評価基準。令和2年度日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告Ⅱ「運動適性テスト」に関する検討－第2報－。日本スポーツ協会。

3. 運動適性テストⅡにおけるコンディショニングチェックの実態

山本 利春¹⁾

1. コンディショニングチェックの概要

運動適性テストⅡにおけるコンディショニングチェックは、自身の身体を上肢（肩、腕、肘など）、体幹（腹部、腰など）、下肢（臀部、大腿部、下腿部など）に区分し、各部位の柔軟性や筋力、運動時の痛みのチェックを行うことで、子どもを中心とした年代に発生しやすいスポーツ傷害の予防につなげる意図に基づき作成されている。チェック（評価）については、正確な記録を測定するのではなく、ある一定の基準を超えることができるか否か、定められた動きを一定の回数行うことができるか否か、そして、その際に痛みを感じるか否かを評価する簡便法となっている（表1）。さらに、これらの簡便法を用いて、日常的に自分のコンディション状態をチェックし、積極的にストレッチングやトレーニング等に取り組むようになることで、自己管理能力の指導への活用も期待されている。

2. 結果の回収と測定および分析項目について

平成29年8月以降に全国の単位スポーツ少年団で実施したコンディショニングチェックの測定結果を回収・集計した。これまでに実施されたコンディショニングチェックの測定結果から、全国の単位スポーツ少年団に在籍する団員のその実態を明らかにすることを目的に行った。

《対象者》

全国の単位スポーツ少年団に在籍する団員21,277名の測定結果を得た。

《測定結果の収集期間と方法》

平成29年8月～令和4年2月の間に、公益財団法人日本スポーツ協会のウェブサイトを通じて、測定結果の提供依頼を行った。

《測定項目》

測定項目は、1) 対象者の基本的属性、2) 普段のコンディショニング、3) コンディショニング

表1 運動適性テストⅡにおけるコンディショニングチェック

	柔軟性	筋力	痛み等のチェック		想定するケガ	
上級	測定項目	指椎間距離簡便法	腕立て伏せ	外転痛テスト	●野球肩等の腱板損傷 ●野球肘、テニス肘等の上果炎	
	測定部位	肩周囲筋群	上肢筋力	肩関節		
	評価方法	3段階評価	回数による評価	外転動作での痛みの有無		屈曲・伸展動作での痛みと可動域制限の有無
体幹	測定項目	長座体前屈簡便法	上体起こし	前屈・後屈痛テスト		●腰痛 (筋筋膜性腰痛、椎間板ヘルニア、腰椎分離症)
	測定部位	腰背筋群	腹筋力	腰部		
	評価方法	3段階評価	3段階評価	前屈・後屈動作での痛みの有無		
下肢	測定項目	踵臀間距離簡便法	片脚しゃがみ立ちテスト	片脚しゃがみ立ちテスト		●オスグッドシュラッター病 ●膝痛
	測定部位	大腿前面	下肢筋力	股関節・膝関節・足関節		
	評価方法	3段階評価	3段階評価	片脚でしゃがんで立つ動作での痛みの有無		

1) 国際武道大学 体育学部

グチェック,に関する3つの項目から構成された。
本調査で使用した測定および分析項目の内容は以下の通りである(参考資料1)。

- 1) 対象者の基本的属性に関する項目
 - 性別, 年齢, 学年, 身長, 体重
 - 活動しているスポーツ, 年間での身長発育
 - 1週間あたりのスポーツ活動時間
- 2) 普段のコンディショニングに関する項目
 - ストレッチングの実施頻度
 - ウォーミングアップの実施頻度
 - クーリングダウンの実施頻度
 - スポーツ活動時における身体の痛みの有無
- 3) コンディショニングチェックに関する項目
 - 上肢のチェック-1 (外転痛の有無)
 - 上肢のチェック-2 (肘の関節可動域)
 - 上肢のチェック-3 (肩周囲筋群の柔軟性)
 - 体幹のチェック-1 (腰部の痛みの有無)
 - 体幹のチェック-2 (腰背筋群の柔軟性)
 - 体幹のチェック-3 (腹部の筋力)
 - 下肢のチェック-1 (大腿前面の柔軟性)
 - 下肢のチェック-2 (脚筋力)

《集計方法》

対象者の基本的属性, 普段のコンディショニング, コンディショニングチェック, に関する項目の結果を, Microsoft社製のOffice Excel 2021を用いて単純集計を行なった。

3. 結果概要

1) 対象者の基本的属性に関する項目

対象者の基本的属性に関する項目の結果は表2の通りである。

- 回答者の半数以上が小学生高学年(4-6年生)の年齢層に属しており, 小学生年代が全体の8割を占めていた。
- 中学生の主たるスポーツ活動の場は運動部活動であるのに対し, 小学生はスポーツ少年団等の地域でスポーツを行っている者が多いことが推測される。

表2 対象者の基本的属性の結果(人数・割合)

カテゴリ	選択肢	人数(名)	割合	
性別 n = 21,424	男性	15,054	70.3%	
	女性	6,370	29.7%	
年齢	平均(±標準偏差)	10.0(±1.9)	歳	
学年 n = 21,424	小学1年生	791	3.7%	
	小学2年生	1,435	6.7%	
	小学3年生	2,403	11.2%	
	小学4年生	3,162	16.9%	
	小学5年生	4,404	20.6%	
	小学6年生	4,804	22.4%	
	中学1年生	2,943	13.7%	
年齢層 n = 21,424	中学2年生	549	2.6%	
	中学3年生	483	2.3%	
	小学生低学年(1-3年生)	4,629	21.6%	
身長層	小学生高学年(4-6年生)	12,820	59.8%	
	中学生(1-3年生)	3,975	18.6%	
身長	平均(±標準偏差)	138.8(±11.8)	cm	
身長伸び (1年間)	とても伸びた	1,669	35.2%	
	少し伸びた	2,943	62.1%	
	変わらない	129	2.7%	
身長伸び (1年間)	平均	平均5.4	cm	
体重 n = 6,400	平均(±標準偏差)	34.3(±10.4)	kg	
	実施スポーツ	軟式野球	1,809	28.1%
		サッカー	840	13.0%
		複合種目	5	0.1%
		バスケットボール	851	13.2%
		バレーボール	790	12.3%
		剣道	215	3.3%
		空手道	229	3.6%
		柔道	44	0.7%
		陸上競技	240	3.7%
		バドミントン	156	2.4%
		その他	1,259	19.6%
	スポーツ実施数 n = 6,400	単一種目(シングル)	5,957	93.1%
	複合種目(マルチ)	443	6.9%	
スポーツ実施日数	平均	4.0	日/通	
スポーツ実施時間	平均	9.7	時間/通	

- 本調査の回答者は単一種目を選択する者が大半であり, そのなかで軟式野球を実施している者が最も多かった。
- 日本スポーツ少年団は, 本来, 単一スポーツ種目の単位団から始まり発展してきたが, 複数種目が体験できる複合型としてのクラブや複数種目を実施する団員は未だに数少ない。
- スポーツ少年団に在籍する団員は, 1週間のう

ち平均4日間、週で10時間程度、各々が所属する少年団でスポーツを実施している。

2) 普段のコンディショニングに関する項目

普段のコンディショニングに関する項目は、2-1) コンディショニングの実施頻度、2-2) スポーツ活動時における身体の痛み、の2つに大別される。

2-1) コンディショニングの実施頻度 (表3)

- ストレッチを「実施している」「実施するときもある」と回答した者は8割を占めていた。
 - ウォーミングアップ (以下、W-up) と比較し、クーリングダウン (以下、C-down) では「実施していない」と回答した者が多く、全体の2割程度を占めていた。
- W-upとC-downの両者とも、スポーツ傷害予防の観点から重要な取り組みの1つであるものの、その重要性に対する理解の少なさや限られた練習時間内に加えることの困難さから、C-downを実施していない者が比較的多い結果となったと考える。

2-2) スポーツ活動時における身体の痛み (図1)

- スポーツ活動時において、身体にいずれかに痛みを抱えながらスポーツに取り組む団員は2割程度存在し、スポーツ活動を行っていない場合にも約1割は身体の痛みを有している。
- スポーツ不活動時と比較し、活動時に痛みを有すると回答した者が多くなることは、スポーツ活動における負荷の大きい運動が痛みを誘発しており、指導者や保護者が痛みを抱える子どもの存在を見逃している可能性がある。

3) コンディショニングチェックに関する項目

コンディショニングチェックでは、上肢・体幹・下肢を2つもしくは3つの尺度 (○/△/×) を用いて評価している。各チェック項目の評価については、以下の通りである (表4~6)。

3-1) 上肢のチェックに関する結果 (表4)

- 上肢の機能チェックでは、上肢のチェック-3

表3 コンディショニングの実施頻度 (人数・割合)

カテゴリ	選択肢	人数 (名)	割合
ストレッチの実施 n = 5,156	している	1,854	36.0%
	するときもある	2,477	48.0%
	していない	825	16.0%
ウォーミングアップの実施 n = 5,156	している	462	9.0%
	するときもある	4,614	89.5%
	していない	80	1.6%
クーリングダウンの実施 n = 5,156	している	1,556	30.2%
	するときもある	2,670	51.8%
	していない	930	18.0%

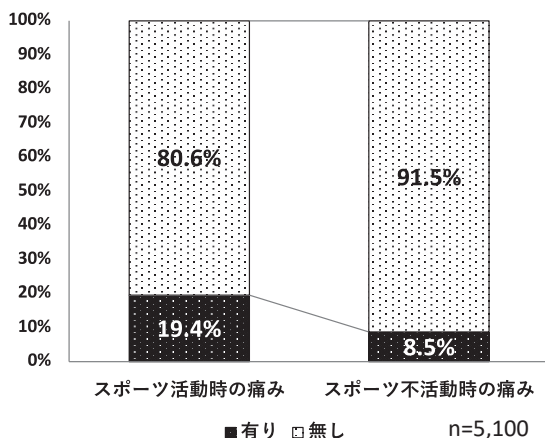


図1 スポーツ活動時/不活動時の痛みの有無

に関しては「×：背骨にそって両手を近づけた際、左右の中指が触れられない」を示した者が比較的多く、肩関節周囲筋群の柔軟性が乏しい者が全体の2割程度存在した。

3-2) 体幹のチェックに関する結果 (表5)

- 体幹の機能チェックでは、体幹のチェック-2で△や×を示す者が多く、腰背部や大腿部後面の筋群の柔軟性不足が伺える。

3-3) 下肢のチェックに関する結果 (表6)

- 下肢の機能チェックでは、下肢のチェック-2 (左脚/右脚)で○を示した者が7割程度であり、片脚でのしゃがみ立ち動作を完遂するにあたって、何らかの問題 (筋力不足や関節可動域の制限等)を抱えている者は少なくないと考えられる。

表4 上肢のチェックに関する結果（人数・割合）

カテゴリ	選択肢	人数 (名)	割合
上肢のチェック-1（左肩） n = 4,418	○	4,341	98.3%
	△	40	0.9%
	×	37	0.8%
上肢のチェック-1（右肩） n = 4,420	○	4,346	98.3%
	△	42	1.0%
	×	32	0.7%
上肢のチェック-2伸ばす（左肘） n = 4,426	○	4,383	99.0%
	△	16	0.4%
	×	27	0.6%
上肢のチェック-2伸ばす（右肘） n = 4,429	○	4,379	98.9%
	△	24	0.5%
	×	26	0.6%
上肢のチェック-2曲げる（左肘） n = 4,397	○	4,329	98.0%
	△	21	0.5%
	×	66	1.5%
上肢のチェック-2曲げる（右肘） n = 4,426	○	4,343	98.1%
	△	25	0.6%
	×	58	1.3%
上肢のチェック-3（左腕が上） n = 4,416	○	3,367	76.2%
	△	1,049	23.8%
上肢のチェック-3（右腕が上） n = 4,411	○	3,831	86.9%
	△	580	13.1%

表5 体幹のチェックに関する結果（人数・割合）

カテゴリ	選択肢	人数 (名)	割合
体幹のチェック-1（体を前へ倒す） n = 4,427	○	3,949	89.2%
	△	307	6.9%
	×	171	3.9%
体幹のチェック-1（体を後ろへ倒す） n = 4,426	○	4,212	95.2%
	△	152	3.4%
	×	62	1.4%
体幹のチェック-2（腰背部） n = 4,423	○	3,511	79.4%
	△	585	13.2%
	×	327	7.4%
体幹のチェック-3（腹筋） n = 4,422	○	4,129	93.4%
	△	165	3.7%
	×	128	2.9%
体幹のチェック-3（痛みの有無） n = 4,307	○	4,216	97.9%
	×	91	2.1%

4. ま と め

全国の単位スポーツ少年団に在籍する団員の実態を明らかにすることを目的に、コンディショニングチェックシートの測定結果を集計した。

表5 下肢のチェックに関する結果（人数・割合）

カテゴリ	選択肢	人数 (名)	割合
下肢のチェック-1（左脚） n = 4,417	○	4,266	96.6%
	△	116	2.6%
	×	35	0.8%
下肢のチェック-1（右脚） n = 4,417	○	4,268	96.6%
	△	115	2.6%
	×	34	0.8%
下肢のチェック-2（左脚） n = 4,406	○	3,330	75.6%
	△	664	15.1%
	×	412	9.4%
下肢のチェック-2（右脚） n = 4,401	○	3,369	76.6%
	△	626	14.2%
	×	406	9.2%
下肢のチェック-2痛みの有無（左脚） n = 4,242	○	4,028	95.0%
	×	214	5.0%
下肢のチェック-2痛みの有無（右脚） n = 4,242	○	4,036	95.1%
	×	206	4.9%

回答者の8割が小学生であった。コンディショニングの実施頻度は回答者によってばらつきがあり、スポーツ活動時/不活動時で身体に痛みを抱えている者は2割程度存在した。さらに、上肢・体幹・下肢のチェック項目において、成長期における柔軟性不足や筋力不足といった問題を有する者も少なくないと考えられる。今回は単純集計のみで年齢・競技種目別の分析は行っていないため、今後さらにデータ数を増やした上で年齢別・競技種目別にみたコンディショニングの傾向を分析したい。また、評価の信頼性・妥当性を高めるためにも、引き続き測定結果や意見の集積に努めていくとともに、収集したデータを多角的な観点から分析し、各測定項目の見直しや改善等を進めていく必要があると考えられる。

参考文献

- 山本利春他（2011）：スポーツ傷害の発生要因とコンディショニングの教育。スポーツ傷害予防と競技復帰のためのコンディショニング技術ガイド、臨床スポーツ医学28（臨時増刊号）11-15。
- 公益財団法人スポーツ安全協会・公益財団法人日本体育協会（2017）スポーツ外傷・障害予防ガイドブック。

林田・清水（2021）：青少年期のスポーツライフキャリアが成人期のスポーツ実施頻度に与える影響：スポーツに対する意識・態度を媒介として，体育学研究66：715-736.

渡邊保志他（2012）：小学校低学年児童を対象にした複合型スポーツクラブのあり方について～山梨県大月市の事例を通して～，帝京科学大学紀要Vol.8：65-78.

公益財団法人日本スポーツ協会（2022）：令和3年度スポーツ少年団登録状況（都道府県別 性別 競技別 団員数），https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/HPrenewal_syonendan_2020/toroku_system/R3_todoufukubetu_danidani.pdf，（2022年8月14日閲覧）.

22）：令和3年度スポーツ少年団登録状況（都道府県別 性別 競技別 団員数）.

参考資料1 コンディショニングチェックシート (1枚目)

コンディショニングチェックシート

実施日 年 月 日

なまえ 名前				せいべつ 性別	おとこ 男	おんな 女	しょぞくしょうねんだん 所属少年団				
せいねんがっぴ 生年月日	せいれき 西暦	年	月	日	さい 歳	がくねん 学年	ねん 年	しんちよう 身長	cm	たいじゆう 体重	kg

①～⑧質問で当てはまるものに「○」をつけましょう。または、数字を書いてください。

①活動しているスポーツは何ですか？

軟式野球 サッカー 複合種目 バasketボール バレーボール
剣道 空手道 柔道 陸上競技 バドミントン その他()

②この1年間で身長はどのくらい伸びましたか？

とも伸びた(cm) 少し伸びた(cm) 変わらない

③最近1週間で1日何時間スポーツをしましたか？スポーツをした時間を記入してください。

ようび 曜日	げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金	ど 土	にち 日	→ ごうけい 合計
じかん 時間								

④ストレッチをよくしていますか？

している するときもある していない

⑤スポーツをする前にウォーミングアップ(準備運動)をしていますか？

している するときもある していない

⑥スポーツをした後にクーリングダウン(整理運動)をしていますか？

している するときもある していない

⑦スポーツをすると身体に痛みがある箇所はありますか？

ない ある

⑧スポーツをしていなくてもいつも身体に痛みがある箇所はありますか？あると答えた方は、どの部分ですか？

ない ある → 肩、肘、腰、膝、足、その他()

参考資料1 コンディショニングチェックシート（2枚目）

①上肢のチェック-1		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因
ひだりかた 左肩	○ △ ×	外転痛の有無をチェック			
みぎかた 右肩	○ △ ×				
②上肢のチェック-2		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因
の 伸ばす	ひだりひじ 左肘	○ △ ×	肘の関節可動域をチェック	<ul style="list-style-type: none"> 野球肩等の腱板損傷 野球肘、テニス肘等の上果炎 	<ul style="list-style-type: none"> 肩、肘等のオーバーユース 肩関節周辺筋群の柔軟性の低下 上腕および前腕の筋群の柔軟性の低下
	みぎひじ 右肘	○ △ ×			
ま 曲げる	ひだりひじ 左肘	○ △ ×			
	みぎひじ 右肘	○ △ ×			
③上肢のチェック-3		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因
ひだりうで 左腕が上	○ ×	肩周囲筋群の柔軟性をチェック			
みぎうで 右腕が上	○ ×				

④体幹のチェック-1		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因		
からだまえ 体を前へ倒す	○ △ ×	腰部の痛みの有無をチェック					
からだうしろ 体を後ろへ倒す	○ △ ×						
⑤体幹のチェック-2		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因		
ようはいきん 腰背筋 ちようぎたいげんくつ (長座体前屈)	○ △ ×	腰背筋群の柔軟性をチェック	<ul style="list-style-type: none"> 腰痛 (筋筋膜性腰痛症、椎間板ヘルニア、腰椎分離症) 	<ul style="list-style-type: none"> 体幹部の筋疲労 体幹部の筋力不足 体幹部の柔軟性の低下 			
⑥体幹のチェック-3		実施の狙い					
ふっさん 腹筋	○ △ ×	腹部の筋力をチェック					
いた うむ 痛みの有無	なし ○ ×	あり ×	運動中の体幹の痛みの有無をチェック				

⑦下肢のチェック-1		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因
ひだりあし 左脚	○ △ ×	大腿前面の柔軟性をチェック			
みぎあし 右脚	○ △ ×				
⑧下肢のチェック-2		実施の狙い		想定されるケガ	想定されるケガの原因
ひだりあし 左脚	○ △ ×	脚筋力のチェック		<ul style="list-style-type: none"> オスグッドシュラッター病 膝痛 	<ul style="list-style-type: none"> 膝のオーバーユース 大腿四頭筋の柔軟性の低下 身長急激な伸び
みぎあし 右脚	○ △ ×				
いた うむ 痛みの有無	左 なし ○ ×	右 あり ×	運動中の下肢の痛みの有無をチェック		

【保護者・指導者の方へ】

スポーツ外傷・障害が発生した際に原因を探したり、スポーツ習慣を確認したりするなどして活用していただければと考えております。

4. 運動適性テストⅡ実施上のポイント、Q & A 量的評価、観察評価について

富田 寿人¹⁾ 辻川比呂斗²⁾

第1節 はじめに

運動適性テストⅡの実施要項が2019年度にまとめられ、翌年度からスポーツ少年団や総合型スポーツクラブで活用ができるようになった。しかしながら、新型コロナウイルス蔓延によって思うように利用がされることはなかった。また、運動適性テストが改訂されたことで、スポーツ少年団の指導者研修会などで講習会が開かれるはずであったが、多くの講習会・研修会が中止となってしまった。この章では、そのような状況下でも、運動適性テストⅡの実施あるいは研修会などが開催できた会場において、指導者から寄せられた主立った質問や意見をQ&A形式でまとめた。この内容が、今後の運動適性テストⅡの実施や研修の資料そして理解を深める材料として活用していただきたい。実際に実施や研修会が行われたのは、秋田県、茨城県、埼玉県、東京都、神奈川県、静岡県、三重県、滋賀県、大阪府などであった。

第2節 Q & A

I. 〈全体〉

Q：なぜ運動適性テストⅡに改訂したのですか？

A：日本スポーツ協会（日本スポーツ少年団）では、1975年に「スポーツ少年団運動適性テスト」を策定して以来、項目や測定方法評価基準の見直しがされておりませんでした。

- 従来の運動適性テストでは動きの量を得点化し、評価していました。そのため、早熟の子どもが晩熟の子どもよりも良い評価を取ってしまい、発達の遅い子どもの自己効力感や運動有能感（運動の上達や達成の体験から得られる「できる」という、運動や自分自身に対

する自信）が生まれず、中にはスポーツが嫌いになってしまった子どもがいたかもしれません。同じ年齢でも、発育が早く、身長が高い子どもは速く走るために有利な条件を持っており、多少フォーム（動き）が悪くても早いタイムを出す可能性がある一方で、発育の遅い小さな子どもは、なかなか好タイムが望めないことから、どのような走り（動き方）をしているかを見逃さないことが大切になります。

- 「何秒」「何メートル」「何回」などであらわされる「量」的な結果だけではなく、どのような動きをしているかといった「質」にも目を向けてあげることによって、子どもたちのやる気を引き出し、もっと身体を動かしたい、遊びたいといった動機付けができようになると考えています。
- さらに、将来的な成長を予測したタレント発掘にもつながるかもしれません。
- 学校で行われている新体力テストの結果を活用し、3種目の体力テスト（小学生以上）と3種目の動きの評価（小学生以下）ができるようにしました。
- 幼児期の体力テストを独自に設けました。
- スポーツをしている子どもたちだからこそ体力得点だけでなく、体力と動きの評価、体力項目間の関係から、発達段階にある子どもの特性を明らかにできるようにしました。
- コンディショニング・チェックシートを作り、体力テストの機会にからだの状態を把握できるようにしました。

そこで、「一生涯にわたってスポーツや運動を楽しむという観点から、特に発育・発達期の子どもの身体の動きやスポーツや運動の適性を評価すること」をコンセプトとして掲げ、テストを改定

1) 静岡理科大学 情報学部

2) 順天堂大学 保健看護学部

しました。

Q：試技は実施して良いのですか？実施する場合はどの程度実施して良いのでしょうか？

A：試技を行っていただくことは問題ありません。試技の回数に制限はありませんが、団員の疲労が生じない範囲で試技を実施しましょう。

Q：うまく測定できるか不安です。

A：JSPOのHPにある動画で実施方法を確認してみましょう。

Q：全種目の実施完了までの期間はありますか？

A：全種目を完了させる期間は特に定めておりませんが、子どもたちの体力レベルは常に変化していきますので、できる限り短い期間内で全種目を行いましょ。なお、出来るだけ毎年同じタイミングで実施すると、子どもたちの発育・発達を確認できるでしょう。コンディショニングチェックについては、スポーツ外傷・障害の早期発見につなげるため、定期的に行うようにしましょう。

- 「従来の運動適性テスト」の位置づけは、「スポーツ少年団の必須活動として定められる」とありますが、「運動適性テストⅡ」の位置づけは、「実施を推奨する」となっています（要綱P.9）。「運動適性テストⅡ」の実施は必須活動ではなく、可能な限り実施するということでよいのでしょうか。

→単位団の場所や活動状況等によって、十分に実施できない場合があるかと思えます。「運動適性テストⅡ」の実施は必須活動ではなく、可能な範囲で実施いただければと思いますが、子どもたちの体力、身体の状態を把握する上でもぜひご活用ください。

- 1つでも未実施の種目がある場合、集計プログラムの総合評価（級数）が算定されません。すべての種目を実施しなければならないのでしょうか。

→総合判定（級数）は、全種目を実施した場合の判定となりますので、未実施種目が1つで

もある場合には、判定されません。総合判定（級数）は判定されませんが、すべての実施が難しい場合には、実施可能な種目のみ行っていたただけでも問題ありません。

学校体育で実施する新体力テストでの結果を利用することも可能ですので、団員が自ら学校の教師から自身のデータを開示して貰うよう働きかけることで、実際に測定する種目数は減らすことが出来ます。

- 「運動適性テストⅡ」の実施にあたり、期限や必須時期はありますか。

→測定の期限や必須時期を定めているわけではありませんが、日本スポーツ少年団では、春秋の2回の実施を推奨しております。定期的の実施することで、子どもたちの体力や身体の変化を確認いただくことができます。

Ⅱ. 〈動作の観察評価〉

Q：観察評価を実施する時の評価基準に自信がありません。

A：要綱P.17～種目ごとに量的評価と観察評価（質的評価）を記載しております。JSPOのHPには観察評価の動画を掲載しておりますので、あわせてご覧ください。

Q：指導経験がない保護者が評価をしても大丈夫でしょうか？

A：指導経験がない保護者が評価をしても問題ありません。JSPOのHPにある動画で評価基準を確認してみましょう。

Q：観察評価は、評価者の主観によって異なるのではないのでしょうか？

A：複数の評価者で評価観点のブレが出ないように、事前に評価者でJSPOのHPを確認し、観点を統一しましょう。

〈走動作の観察評価〉

Q：脇が開き、腕が横に大きく振られている場合の評価はどのような評価になりますか？

Q：腿がどれくらい上がっているのが理想ですか？

A：走動作のフォームについては、一連の動作の流れに現れてくるので、腕が横に振られている度合いにもよりますし、腿がこの角度までという回答は難しいかと思います。JSPOのHPの動画を見ていただき、参考にしましょう。

Q：室内競技を主な活動としていたり、天候の影響で屋外での実施ができず、50m確保できなかったりする場合は、50m走の評価と走動作の観察評価はどうすればよいですか？

A：学校で行う「新体力テスト」の結果を転記しましょう（団員からの口頭での申告で構いません）。また、総合判定は出ませんが、できる種目のみの実施で構いません。

〈投動作の観察評価〉

Q：体育館の規定で、壁にボールをあててはいけないので実施できません。

A：間仕切りのネットや布、シーツ、シートなどを活用して壁に直接ボールが当たらないように工夫して実施しましょう。

Q：ボールの号数について。

A：新体力テストの要項に則って、小学校ではソフトボール1号球、中学生～はハンドボール2号球となっています。

Ⅲ. 体力測定

〈立ち3段とび〉

Q：どのような腕振りが正しいのですか？

A：JSPOのHPの動画を参考にしましょう。

Q：立ち3段とびに不慣れな団員が多く、うまくとべません。

A：何回か動きを練習してから実施しましょう。

〈5m時間往復走〉

Q：5m時間往復走のルールを団員がなかなか理解してくれません。

A：ウォーミングアップを兼ねて、ゆっくりしたペースで動きを練習してみましょう。

〈20mシャトルラン〉

Q：20mシャトルランの音源を持っていないのですが、どこで入手できますか？

A：JSPOのHPにリンク先である、福岡県「子どもの体力向上広場」HPを掲載しておりますので、そちらから音源のダウンロードが可能です。

Ⅳ. コンディショニングチェック

〈コンディショニングチェック〉

Q：コンディショニングチェックは、実施しなくてもよいですか？

A：コンディショニングチェックは、対象年代に発生しやすいケガの予防につながるという考えのもと作成されております。団員のケガ予防の観点等からできる限り、体力テスト同様に実施しましょう。

Q：柔軟性がなくてできないものがあつたのですがどうしたら良いでしょうか？

A：要綱のp.52以降を参考にして、ストレッチなどをしてみましょう。

Q：コンディショニングチェックをしたら痛みのある箇所がありました。

A：要綱のp.15を確認し、場合によっては病院に行きましょう。

Q：コンディショニングチェックでいう痛みとはどのようなものですか？

A：「持続する激しい痛み」と定義しています。

Ⅴ. 評価

〈得点表〉

Q：何点をとれば何級になるのかわかりません。

A：要綱のp.12の表の中に一覧になっています。

Q：ボール投げの11才と12才～の得点について、同じ得点でも12才～の方が飛距離が短いのはなぜですか？

A：ボールの種類が異なっており、12才～では11才のボールより重たいものを使用しているた

めです。

第3節 ま と め

Ⅵ. その他

〈動画〉

- Q：オフラインでもHPの動画を確認したいのですが、ダウンロードできますか？また、それをDVDに焼いて評価者に配布してもよいですか？
- A：JSPOが作成した動画はダウンロードが可能です。運動適性テストⅡに関して使用するのであればDVDに焼いても構いません。

以上のように、改訂の理由、動作の評価、体力測定、コンディショニングチェック、評価について質問などをいただいたが、その実施方法、活用方法について解説を行った。冒頭で述べたように新型コロナウイルス蔓延によって運動適性テストⅡの実施や講習会が十分に行われているとは考えにくい。つまり、データのサンプリングや実際に実施しての意見を十分に聴取できているといえる状況にない。したがって、今後数年は継続的にこれらを行い、体力評価や実施方法の見直し、体力測定項目の変更も排除せず検討をする必要があると考える。そのためにも、運動適性テストⅡの実施や講習会にご協力をお願いしたい。

5. おわりに

内藤 久士¹⁾

運動適性テストⅡは、一生涯にわたってスポーツや運動を楽しむという観点から、特に発育発達期にある子どもの身体の動きや、スポーツや運動の適性を動きの「量」と「質」両面から評価できることをコンセプトとして策定された。したがって、その評価はテスト項目の得点換算による量的評価、質的評価（観察評価）、さらに量的評価と量的評価の組み合わせ評価によって行われるが、本プロジェクト研究では、主にこれらの評価方法とその基準値について複数の観点から検証を重ねた結果、それらには高い信頼性・妥当性があること確認することができた。また、身体状態を把握しケガの予防につなげることを目的とするコンディショニングチェックの実態調査結果から、身体に痛みを抱えている子どもや、成長期における柔軟性不足や筋力不足といった問題を有する子どもが一定数いることを把握することができた。さらに、この研究プロジェクトでは、指導者講習会等を通じて、改訂の理由、動作の観察評価、体力測定、コンディショニングチェック、評価基準等について指導者が抱く疑問等に関する情報収集を行い、現場のスポーツ指導者が理解しその結果を活用しやすいものとなるようQ&A形式での解説

文を作成するなど、運動適性テストⅡの普及啓発の一助となる資料を作成した。

しかしながら、令和3年度もコロナ禍は収まることはなく、運動適性テストⅡの実施や講習会が全国で広くかつ十分に行われてはならず、データ収集やその実施にあたってのさまざまな問題点などに関する意見も十分に聴取することはできなかった。

したがって、評価の信頼性・妥当性を高めるためにも、今後も全国的に継続して測定結果や意見を集積していくことに努めていくとともに、縦断データを用いて個人の運動発達を表現できるかといったことや様々な妥当基準との比較を通して、収集したデータをより多角的な観点から分析および検証し、各測定項目の見直しや改善等に取り組んでいく必要があると考えられる。また、コンディショニングチェックにおいても、今後さらにデータ数を増やした上で年齢別・競技種目別にみたコンディションの傾向を分析し、コンディショニングチェックの活用法をわかりやすく啓発していくための資料を作成していく必要があると考えられる。

1) 順天堂大学

令和3年度 日本スポーツ協会スポーツ医・科学研究報告 I
「運動適性テスト」に関する検討 - 第3報 -

◎発行日：令和4年4月30日

◎編集者：内藤 久士（「運動適性テスト」に関する検討研究班長）

◎発行者：公益財団法人日本スポーツ協会 <https://www.japan-sports.or.jp>

〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号

JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE

◎印刷：ホクエツ印刷株式会社 <https://hokuetsup.co.jp>

〒135-0033 東京都江東区深川2-26-7
